

**Рабочая программа**  
**«Личная безопасность», 5 – 7 классы**  
**ОБЖ, 8 – 9 классы**

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 № 1897, с изменениями, далее ФГОС ООО) На основе примерной программы по основам безопасности жизнедеятельности, составленной на основе ФГОС основного общего образования и авторской программы по «Основам безопасности жизнедеятельности» 5-9 классы /А.Т. Смирнов, Б. О. Хренников. М. : «Просвещение». 2014 г.

**1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса**  
**5 класс**

**Предметные результаты:**

**Выпускник 5 класса научится:**

- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- соблюдать правила безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и инфраструктуры;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при отравлениях;

#### **Выпускник 5 класса получит возможность научиться:**

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- анализировать последствия проявления терроризма,
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

#### **Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

##### Регулятивные:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

##### Познавательные:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;

##### Коммуникативные:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

## 6 класс

### **Предметные результаты:**

#### **Выпускник 6 класса научится:**

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

#### **Выпускник 6 класса получит возможность научиться:**

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;

### **Личностные результаты:**

- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

### **Метапредметные результаты:**

#### Регулятивные:

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решения и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;

#### Познавательные:

- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;

- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
  - выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные /наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
  - обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм

Коммуникативные:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);

## 7 класс

### **Предметные результаты:**

#### **Выпускник 7 класса научится:**

- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- анализировать состояние своего здоровья;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при переломах

#### **Выпускник 7 класса получит возможность научиться:**

- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;

### **Личностные результаты:**

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Метапредметные результаты:**

#### Регулятивные:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;

#### Познавательные:

- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- находить в тексте требуемую информацию;
- определять свое отношение к природной среде;

- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;

Коммуникативные:

- корректно и аргументировано отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;

## 8 класс

### **Предметные результаты:**

#### **Выпускник 8 класса научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и инфраструктуры;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;

#### **Выпускник 8 класса получит возможность научиться:**

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности.

### **Личностные результаты:**

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях

### **Метапредметные результаты:**

#### Регулятивные:

- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
  - выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
  - определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
  - отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности;
  - сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

#### Познавательные:

- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности;
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;

#### Коммуникативные:

- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;



## 9 класс

### **Предметные результаты:**

#### **Выпускник 9 класса научится:**

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;

#### **Выпускник 9 класса получит возможность научиться:**

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;

### **Личностные результаты:**

- Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной);
- развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни;
- интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;
- уважение к истории культуры своего Отечества.

### **Метапредметные результаты:**

#### **Регулятивные:**

- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;

- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха.

Познавательные:

- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы.

Коммуникативные:

- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач.

## **Содержание учебного предмета «Личная безопасность» 5 класс**

### **Раздел I. «Основы личной безопасности» (19 часов)**

#### **Тема № 1 «Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепление умений»**

#### **Тема № 2 «Город как среда обитания человека»**

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

#### **Тема № 3 «Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища»**

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, и меры по их профилактике.

#### **Тема № 4 «Входной контроль»**

#### **Тема № 5 «Особенности природных условий в городе»**

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

#### **Тема № 6 «Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность»**

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения. Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе.

#### **Тема № 7 «Безопасность в повседневной жизни»**

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные аварийные и спасательные службы города, предназначенные для защиты населения.

#### **Тема № 8 «Урок контроля и проверки знаний и умений»**

#### **Тема № 9 «Урок систематизации и обобщения знаний, закрепления умений»**

#### **Тема № 10 «Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения»**

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка, дорожные знаки, светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

#### **Тема № 11 «Пешеход. Безопасность пешехода Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель»**

Пешеход – участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода, его безопасность на дороге. Пассажир, общие обязанности пассажира, его безопасность при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя (велосипедиста), правила его поведения на дороге. Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда.

#### **Тема № 12 «Пожарная безопасность»**

Пожар в жилище и причина его возникновения. Правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

#### **Тема № 13 «Безопасное поведение в бытовых ситуациях».**

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером.

#### **Тема № 14 «Погодные условия и безопасность человека».**

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель). Правила безопасного поведения при их воздействии.

#### **Тема № 15 «Урок контроля и проверки знаний и умений»**

#### **Тема № 16 «Урок обобщения, систематизации знаний, закрепления умений»**

#### **Тема № 17 «Безопасность на водоемах».**

Водоемы в черте города, их состояние в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

#### **Тема № 18 «ЧС природного характера».**

Характеристика ЧС природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС природного характера.

#### **Тема № 19 «ЧС техногенного характера»**

Характеристика ЧС техногенного характера: аварии на радиационно-опасных объектах, на взрывопожароопасных объектах, на химических объектах, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера. Организация защиты населения от ЧС. Действия населения при оповещении об угрозе возникновения ЧС. Организация эвакуации населения.

### **Раздел № 2 Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ (7 часов)**

#### **Тема № 20 «Антиобщественное поведение и его опасность»**

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

#### **Тема № 21 «Обеспечение личной безопасности дома Обеспечение личной безопасности на улице»**

Правила безопасного поведения во дворе и дома, при разговоре по телефону. Воры в квартире. Нападение в лифте, в подъезде дома. 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 (отделений милиции, постов ГИБДД и т.п.). Правила безопасности в общественных местах, в толпе, при обнаружении взрывного устройства.

**Тема № 22 «Экстремизм и терроризм; основные понятия и причины их возникновения Виды экстремисткой и террористической деятельности»**

Понятие «экстремизма» и «терроризма». Современный терроризм и его сущность. Виды терроризма: политический; криминальный, националистический, технологический. Содержание экстремисткой и террористической деятельности

**Тема № 23 «Виды террористических актов и их последствия»**

Виды террористических актов, при которых возможны наибольшие потери и их последствия. Рекомендации специалистов по снижению факторов риска для жизни и здоровья в случаях теракта. Ложные сообщения о терактах.

**Тема № 24 «Урок проверки, контроля знаний и умений»**

**Тема № 25 «Урок обобщения, повторения, систематизации, закрепления знаний и умений»**

**Тема № 26 «Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности»**

Уголовная ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности. Массовые беспорядки, хулиганство, вандализм

**Раздел № 3 «Основы здорового образа жизни» (3 часа)**

**Тема № 27 «О здоровом образе жизни Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья»**

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие ЗОЖ. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие ЗОЖ. Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Правила закаливания организма.

**Тема № 28 «Рациональное питание. Гигиена питания»**

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества. Гигиена питания. Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств.

**Тема № 29 «Вредные привычки и их влияние на здоровье человека»**

Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на здоровье и организм человека. Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего человека и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. 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 № 4 «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» (5 часов)**

##### **Тема № 30 «Первая помощь при различных видах повреждений»**

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию ПМП.  
Ситуации, при которых необходимо немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

##### **Тема №31 «Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах»**

Последовательная практическая отработка навыков в оказании ПМП при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении, при отравлениях медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

##### **Тема №32 «Оказание первой помощи при отравлениях»**

Последовательная практическая отработка навыков в оказании ПМП отравлениях медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

##### **Тема №33 «Урок контроля и проверки знаний и умений»**

##### **Тема №34 «Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умений»**

**Резерв 1 час**

**Тематическое планирование «Личная безопасность» 5 класс**

| <b>№</b>                                                                         | <b>Наименование раздела, темы урока</b>                                                                                | <b>Кол-во часов</b> |
|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Раздел I Основы личной безопасности (19 часов)</b>                            |                                                                                                                        |                     |
| 1                                                                                | Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умения                                                 | 1                   |
| 2                                                                                | Город как среда обитания человека                                                                                      | 1                   |
| 3                                                                                | Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища                                                                   | 1                   |
| 4                                                                                | Входной контроль                                                                                                       | 1                   |
| 5                                                                                | Особенности природных условий в городе                                                                                 | 1                   |
| 6                                                                                | Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность                                                            | 1                   |
| 7                                                                                | Безопасность в повседневной жизни                                                                                      | 1                   |
| 8                                                                                | Урок контроля и проверки знаний и умений                                                                               | 1                   |
| 9                                                                                | Урок систематизации и обобщения знаний, закрепления умений                                                             | 1                   |
| 10                                                                               | Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения                                                          | 1                   |
| 11                                                                               | Пешеход. Безопасность пешехода Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель                                              | 1                   |
| 12                                                                               | Пожарная безопасность                                                                                                  | 1                   |
| 13                                                                               | Безопасное поведение в бытовых ситуациях.                                                                              | 1                   |
| 14                                                                               | Погодные условия и безопасность человека.                                                                              | 1                   |
| 15                                                                               | Урок контроля и проверки знаний и умений                                                                               | 1                   |
| 16                                                                               | Урок обобщения, систематизации знаний, закрепления умений                                                              | 1                   |
| 17                                                                               | Безопасность на водоемах.                                                                                              | 1                   |
| 18                                                                               | ЧС природного характера.                                                                                               | 1                   |
| 19                                                                               | ЧС техногенного характера                                                                                              | 1                   |
| <b>Раздел № 2 Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ (7 часов)</b> |                                                                                                                        |                     |
| 20                                                                               | Антиобщественное поведение и его опасность                                                                             | 1                   |
| 21                                                                               | Обеспечение личной безопасности дома Обеспечение личной безопасности на улице                                          | 1                   |
| 22                                                                               | Экстремизм и терроризм; основные понятия и причины их возникновения Виды экстремисткой и террористической деятельности | 1                   |
| 23                                                                               | Виды террористических актов и их последствия                                                                           | 1                   |
| 24                                                                               | Урок проверки, контроля знаний и умений                                                                                | 1                   |
| 25                                                                               | Урок обобщения, повторения, систематизации, закрепления знаний и умений                                                | 1                   |
| 26                                                                               | Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности             | 1                   |
| <b>Раздел № 3 «Основы здорового образа жизни» (3 часа)</b>                       |                                                                                                                        |                     |
| 27                                                                               | О здоровом образе жизни Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья      | 1                   |
| 28                                                                               | Рациональное питание. Гигиена питания                                                                                  | 1                   |
| 29                                                                               | Вредные привычки и их влияние на здоровье человека                                                                     | 1                   |
| <b>Раздел № 4 «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» (5 часа)</b>  |                                                                                                                        |                     |
| 30                                                                               | Первая помощь при различных видах повреждений                                                                          | 1                   |
| 31                                                                               | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах                                                                            | 1                   |
| 32                                                                               | Оказание первой помощи при отравлениях                                                                                 | 1                   |
| 33                                                                               | Урок контроля и проверки знаний и умений                                                                               | 1                   |
| 34                                                                               | Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умений                                                 | 1                   |
| 35                                                                               | Резерв                                                                                                                 | 1                   |
| <b>Всего часов:</b>                                                              |                                                                                                                        | <b>35</b>           |

## **Содержание учебного предмета «Личная безопасность» 6 класс**

### **Раздел № 1 «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя» (16 часов)**

#### **Тема № 1 «Вводный урок. Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умений»**

Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение понятий, характеризующих здоровый и нездоровый образ жизни.

#### **Тема № 2 «За что «отвечают» системы органов».**

Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм.

#### **Тема № 3 «Как можно тренировать сердце».**

Роль сердца в жизнедеятельности организма. О чем «рассказывает» пульс. Измерение пульса. «Учимся измерять пульс». Тренировка сердца.

#### **Тема № 4 «Входной контроль»**

#### **Тема № 5 «Упражняем дыхательную систему. Как укреплять нервную систему»**

Дыхательная система человека, ее функции и значение. Охрана дыхательной системы. Выполнение правил бережного отношения к нервной системе. Укрепление нервной системы. Роль дыхательной системы в жизнедеятельности организма, тренировка дыхательной системы.

Значение нервной системы для совершенствования физических и духовных качеств человека.

#### **Тема № 6 «Питаемся правильно».**

Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Питание школьника – подростка. Почему важно обращать внимание на правильное питание. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлениях и пищевой аллергии. Меню для подростка. Рациональное питание, сбалансированность, меню, углеводы, «медленные» углеводы, «быстрые» углеводы, диета, диетолог, аллергия.

#### **Тема № 7 «Здоровье органов чувств».**

Роль органов чувств в жизнедеятельности организма. Профилактика зрения.

Тренировка глаз. Правила бережного отношения к органам чувств.

Тренировка глаз.

#### **Тема № 8 «Урок контроля и проверки знаний и умений»**

#### **Тема № 9 «Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умений»**

#### **Тема № 10 «Здоровый образ жизни».**

Здоровье, состояние здоровья, режим дня. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье.

#### **Тема № 11 «Чистота – залог здоровья».**

Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши). Использование средства личной гигиены.



**Тема № 12 «Движение - это жизнь».**

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека.

Комплексы упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

**Тема № 13 «Закаливание»**

Закаливание – средство охраны и укрепления здоровья. Программа и правила закаливания. Значение закаливания для совершенствования физических и духовных качеств человека. Составление программы закаливания.

**Тема № 14 «Подросток и компьютер».**

Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление. «Компьютерное» утомление. Правила работы с компьютером

**Тема № 15 «Урок контроля и проверки знаний и умений»****Тема № 16 «Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умений»****Раздел № 2 «Безопасный дом» - 5 часов****Тема № 17 «Мой безопасный дом».**

Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию в доме (мыши, тараканы, клопы)

**Тема № 18 «Техника безопасности в доме».**

Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, при отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током.

**Тема № 19 «Дорога в школу и обратно»**

Школьная жизнь начинается с дороги. Безопасная дорога от дома до школы.

Правила дорожного движения, транспорт, проезжая часть, тротуар, обочина, пешеходный переход, светофор, регулировщик, маршрут. Выбор безопасного маршрута от дома до школы.

**Тема № 20 «Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения».**

Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки: информационные, предписывающие, знаки сервиса; светофоры и регулировщик. Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога.

**Тема № 21 «Школьник как пассажир».**

Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах

Транспорта. Меры безопасности при поездке в общественном транспорте.

**Раздел № 3 «Правила поведения в школе» - 5 часов****Тема № 22 «Общие правила школьной жизни».**

Общие правила безопасного поведения в школе и во дворе школы.

Ориентирование в школьных помещениях. Функции разных школьных помещений.

Общие правила безопасного поведения в школьных помещениях и во дворе школы.

**Тема № 23 «Правила поведения в школе».**

Общие правила безопасного поведения на занятиях, переменах, в столовой школы, во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

**Тема № 24 «Урок контроля и проверки знаний и умений»****Тема № 25 «Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умений»****Тема № 26 «Если в школе пожар».**

Общие правила безопасного поведения в случае пожара в школе.

Как вести себя, если в школе начался пожар. Правила эвакуации при пожаре.

**Раздел № 4 «На природе» - 2 часа****Тема № 27 «Умеешь ли ты ориентироваться»**

Что такое ориентир. Ориентирование по компасу. Ориентирование без компаса. Измерений расстояний на местности. Если заблудился в лесу.

**Тема № 28 «Природа полна неожиданностей»**

Общие правила поведения во время прогулок на природе. Помощь при укусах. Вода таит опасность. Оказание доврачебной помощи.

**Раздел № 5 «Туристический поход: радость без неприятностей» - (6 часов)****Тема № 29 «Перед походом»**

Туристический поход, Туристическое снаряжение, используемое во время похода. Подбираем снаряжение. Рюкзак – это серьезно. Спальный мешок – это очень важно.

**Тема № 30 «Об одежде и обуви для туризма»**

Требования к одежде и обуви в туристическом походе. Значение правильной экипировки, снаряжения, одежды и обуви в туристическом походе. Мозоли, средства профилактики, помощь при образовании мозолей.

**Тема № 31 «Походная аптечка»**

Требования к формированию походной аптечки. Некоторые лекарственные растения. Режим дня в многодневном походе.

**Тема № 32 «Походная еда»**

Набор продуктов для туристического похода. Рекомендации по формированию комплекта походной еды, требования к упаковке. Ядовитые грибы.

**Тема № 33 «Урок контроля и проверки знаний и умений»****Тема № 34 «Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умений»**

**Резерв - 1 час**

**Тематическое планирование учебного предмета «Личная безопасность» 6 класс**

| <b>№</b>                                                                     | <b>Наименование раздела, темы урока</b>                                  | <b>Кол-во часов</b> |
|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Раздел № 1 «Чтобы сохранить здоровье нужно знать себя» (16 часов)</b>     |                                                                          |                     |
| 1                                                                            | Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умения   | 1                   |
| 2                                                                            | «За что «отвечают» системы органов».                                     | 1                   |
| 3                                                                            | «Как можно тренировать сердце».                                          | 1                   |
| 4                                                                            | Входной контроль                                                         | 1                   |
| 5                                                                            | «Упражняем дыхательную систему. Как укреплять нервную систему»           | 1                   |
| 6                                                                            | «Питаемся правильно».                                                    | 1                   |
| 7                                                                            | «Здоровье органов чувств».                                               | 1                   |
| 8                                                                            | Урок контроля и проверки знаний и умений                                 | 1                   |
| 9                                                                            | Урок систематизации и обобщения знаний, закрепления умений               | 1                   |
| 10                                                                           | «Здоровый образ жизни».                                                  | 1                   |
| 11                                                                           | «Чистота – залог здоровья».                                              | 1                   |
| 12                                                                           | «Движение - это жизнь».                                                  | 1                   |
| 13                                                                           | «Закаливание»                                                            | 1                   |
| 14                                                                           | «Подросток и компьютер».                                                 | 1                   |
| 15                                                                           | Урок контроля и проверки знаний и умений                                 | 1                   |
| 16                                                                           | Урок обобщения, систематизации знаний, закрепления умений                | 1                   |
| <b>Раздел № 2 «Безопасный дом» (5 часов)</b>                                 |                                                                          |                     |
| 17                                                                           | «Мой безопасный дом».                                                    | 1                   |
| 18                                                                           | «Техника безопасности в доме».                                           | 1                   |
| 19                                                                           | «Дорога в школу и обратно»                                               | 1                   |
| 20                                                                           | «Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения».                   | 1                   |
| 21                                                                           | «Школьник как пассажир».                                                 | 1                   |
| <b>Раздел № 3 «Правила поведения в школе» (5 часов)</b>                      |                                                                          |                     |
| 22                                                                           | «Общие правила школьной жизни».                                          | 1                   |
| 23                                                                           | «Правила поведения в школе».                                             | 1                   |
| 24                                                                           | «Урок контроля и проверки знаний и умений»                               | 1                   |
| 25                                                                           | «Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умений» | 1                   |
| 26                                                                           | «Если в школе пожар».                                                    | 1                   |
| <b>Раздел № 4 «На природе» (2 часа)</b>                                      |                                                                          |                     |
| 27                                                                           | «Умеешь ли ты ориентироваться»                                           | 1                   |
| 28                                                                           | «Природа полна неожиданностей»                                           | 1                   |
| <b>Раздел № 5 «Туристический поход: радость без неприятностей» (6 часов)</b> |                                                                          |                     |
| 29                                                                           | «Перед походом»                                                          | 1                   |
| 30                                                                           | «Об одежде и обуви для туризма»                                          | 1                   |
| 31                                                                           | «Походная аптечка»                                                       | 1                   |
| 32                                                                           | «Походная еда»                                                           | 1                   |
| 33                                                                           | «Урок контроля и проверки знаний и умений»                               | 1                   |
| 34                                                                           | «Урок повторения, систематизации и обобщения знаний, закрепления умений» | 1                   |
| 35                                                                           | Резерв                                                                   | 1                   |
| <b>Всего часов:</b>                                                          |                                                                          | <b>35</b>           |

## **Содержание учебного предмета «Личная безопасность» 7 класс**

### **Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.**

1. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.

Различные природные явления. Общая характеристика природных явлений.

Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.

2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения.

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

3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения .

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

4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения .

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.

5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения .

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

### **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.**

6. Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения.

Защита населения от последствий землетрясений. Последствия извержения вулканов.

Защита населения. Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.

7. Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения .

Защита населения от последствий ураганов и бурь.

8. Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения.

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

9. Защита населения от природных пожаров.

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.

### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.**

10. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.

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

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

#### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни**

11. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека.

Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

#### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

12. Первая помощь при неотложных состояниях

Общие правила оказания первой помощи. Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути. Оказание первой помощи при наружном кровотечении. Оказание первой помощи при ушибах и переломах. Общие правила транспортировки пострадавшего.

**Тематическое планирование учебного предмета «Личная безопасность» 7 класс**

| №                                                                                                          | Раздел, тема урока                                                                                                                                                         | Кол-во часов |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Модуль №I Основы безопасности личности, общества и государства<br>Раздел № 1 «Основы личной безопасности»  |                                                                                                                                                                            |              |
| 1.                                                                                                         | Вводное занятие.                                                                                                                                                           | 1            |
| 2.                                                                                                         | Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера. Общая характеристика природных явлений.                                                            | 1            |
| 3.                                                                                                         | Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.                                                                                                                      | 1            |
| 4.                                                                                                         | Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия.                                                          | 1            |
| 5.                                                                                                         | Правила безопасного поведения населения при землетрясении.                                                                                                                 | 1            |
| 6.                                                                                                         | Расположение вулканов на земле, извержения вулканов.                                                                                                                       | 1            |
| 7.                                                                                                         | Последствия извержения вулканов. Защита населения.                                                                                                                         | 1            |
| 8.                                                                                                         | Контрольная работа                                                                                                                                                         | 1            |
| 9.                                                                                                         | Итоговое занятие за четверть                                                                                                                                               | 1            |
| 10.                                                                                                        | Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.                                                                                                                        | 1            |
| 11.                                                                                                        | Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения. Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Смерчи.                                           | 1            |
| 12.                                                                                                        | Защита населения от последствий ураганов и бурь.                                                                                                                           | 1            |
| 13.                                                                                                        | Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения. Наводнения. Виды наводнений и их причины.                                                                            | 1            |
| 14.                                                                                                        | Защита населения от последствий наводнений. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения                                                           | 1            |
| 15.                                                                                                        | Сели и их характеристика. Защита населения от последствий селевых потоков.                                                                                                 | 1            |
| 16.                                                                                                        | Контрольная работа                                                                                                                                                         | 1            |
| 17.                                                                                                        | Итоговое занятие за четверть                                                                                                                                               | 1            |
| 18.                                                                                                        | Цунами и их характеристика. Защита населения от цунами.                                                                                                                    | 1            |
| 19.                                                                                                        | Снежные лавины.                                                                                                                                                            | 1            |
| 20.                                                                                                        | Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения. Лесные и торфяные пожары и их характеристика                                                   | 1            |
| 21.                                                                                                        | Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.                                                                                                                      | 1            |
| 22.                                                                                                        | Эпизоотии и эпифитотии.                                                                                                                                                    | 1            |
| Раздел № 2 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации»                        |                                                                                                                                                                            |              |
| 23.                                                                                                        | Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму. Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения | 1            |
| 24.                                                                                                        | Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность                                                                            | 1            |
| Модуль II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»<br>Раздел № 3 Основы здорового образа жизни |                                                                                                                                                                            |              |
| 25.                                                                                                        | Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека. Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека                                 | 1            |
| 26.                                                                                                        | Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте                                                                                                       | 1            |
| 27.                                                                                                        | Контрольная работа                                                                                                                                                         | 1            |
| 28.                                                                                                        | Итоговое занятие за четверть                                                                                                                                               | 1            |
| Раздел № 4 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи                                              |                                                                                                                                                                            |              |
| 29.                                                                                                        | Первая помощь при неотложных состояниях. Общие правила оказания первой помощи                                                                                              | 1            |

|     |                                                  |    |
|-----|--------------------------------------------------|----|
| 30. | Оказание первой помощи при наружном кровотечении | 1  |
| 31. | Оказание первой помощи при ушибах и переломах.   | 1  |
| 32. | Общие правила транспортировки пострадавшего      | 1  |
| 33. | Контрольная работа                               | 1  |
| 34. | Итоговое занятие за четверть и учебный год.      | 1  |
| 35. | Резерв                                           | 1  |
|     | Итого                                            | 35 |

## **Содержание учебного предмета «ОБЖ» 8 класс**

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

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности**

##### **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.**

###### **1. Пожарная безопасность.**

Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия.

Профилактика пожаров и организация защиты населения. Первичные средства пожаротушения. Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Правила поведения при пожаре при пожаре. Средства индивидуальной защиты.

###### **2. Безопасность на дорогах.**

Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей.

Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров.

Велосипедист - водитель транспортного средства. Правила безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и инфраструктуры.

###### **3. Безопасность на водоёмах.**

Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях. Безопасный отдых на водоёмах.

Оказание помощи терпящим бедствие на воде.

###### **4. Экология и безопасность.**

Загрязнение окружающей среды и здоровье человека. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановки. Предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве.

##### **Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.**

###### **5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия (5 ч).**

Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Аварии на радиационно-опасных объектах и их возможные последствия. Аварии на химически-опасных объектах и их возможные последствия. Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия.

Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.

#### **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.**

###### **6. Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций.**

Обеспечение радиационной безопасности населения. Обеспечение химической защиты населения. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях.

###### **7. Организация защиты населения от ЧС техногенного характера.**

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения. Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

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

#### **Раздел 4. Основы, здорового образа жизни.**

###### **8. Здоровый образ жизни и его составляющие.**

Здоровье как основная ценность человека. Индивидуальное здоровье человека, его физическое, духовное и социальное благополучие.

Репродуктивное здоровье - составляющая здоровья человека и общества.

Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности.

**Тематическое планирование учебного предмета «ОБЖ» 8 класс**

| <b>№</b>                                                                                                   | <b>Раздел, тема урока</b>                                                                                                                                | <b>Кол-во часов</b> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Раздел № 1 «Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера. Безопасность и защита человека»</b> |                                                                                                                                                          |                     |
| 1.                                                                                                         | Введение. Производственные аварии и катастрофы                                                                                                           | 1                   |
| 2.                                                                                                         | Основные причины производственных аварий и катастроф                                                                                                     | 1                   |
| 3.                                                                                                         | Пожары. Взрывы                                                                                                                                           | 1                   |
| 4.                                                                                                         | Условия и причины возникновения пожаров. Возможные последствия                                                                                           | 1                   |
| 5.                                                                                                         | Меры пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожарах.                                                                                   | 1                   |
| 6.                                                                                                         | Химические вещества и опасные объекты                                                                                                                    | 1                   |
| 7.                                                                                                         | Характеристика АХОВ и их поражающий фактор                                                                                                               | 1                   |
| 8.                                                                                                         | Контрольная работа №1                                                                                                                                    | 1                   |
| 9.                                                                                                         | Возможные последствия при авариях на химически опасных объектах                                                                                          | 1                   |
| 10.                                                                                                        | Правила поведения и действия населения при авариях на химически опасных объектах. Характеристика поражений аварийно химически опасными веществами (АХОВ) | 1                   |
| 11.                                                                                                        | Первая помощь пострадавшим от АХОВ                                                                                                                       | 1                   |
| 12.                                                                                                        | Радиоактивность и радиационно-опасные объекты                                                                                                            | 1                   |
| 13.                                                                                                        | Ионизирующие излучения: природа, единицы измерения.                                                                                                      | 1                   |
| 14.                                                                                                        | Естественная радиоактивность.                                                                                                                            | 1                   |
| 15.                                                                                                        | Контрольная работа № 2                                                                                                                                   | 1                   |
| 16.                                                                                                        | Характеристика очагов поражения при радиационных авариях                                                                                                 | 1                   |
| 17.                                                                                                        | Правила поведения и действия населения при радиационных авариях                                                                                          | 1                   |
| 18.                                                                                                        | Гидродинамические аварии и гидротехнические сооружения                                                                                                   | 1                   |
| 19.                                                                                                        | Причины и виды гидродинамических аварий. Последствия гидродинамических аварий                                                                            | 1                   |
| 20.                                                                                                        | Меры по защите населения при гидродинамических авариях. Правила поведения населения.                                                                     | 1                   |
| 21.                                                                                                        | Экология и экологическая безопасность.                                                                                                                   | 1                   |
| 22.                                                                                                        | Биосфера и человек. Загрязнение атмосферы                                                                                                                | 1                   |
| 23.                                                                                                        | Загрязнение почв. Загрязнение природных вод.                                                                                                             | 1                   |
| 24.                                                                                                        | Контрольная работа № 3                                                                                                                                   | 1                   |
| 25.                                                                                                        | Понятие о ПДК. Краткая характеристика экологической обстановки в России                                                                                  | 1                   |
| <b>Раздел № 2 «Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения»</b>    |                                                                                                                                                          |                     |
| 26.                                                                                                        | Безопасность поведения на дорогах. Правила для велосипедистов.                                                                                           | 1                   |
| 27.                                                                                                        | Правила для роллинга. Снаряжение                                                                                                                         | 1                   |
| 28.                                                                                                        | Основные понятия об уголовной ответственности несовершеннолетних                                                                                         | 1                   |
| 29.                                                                                                        | Как уберечь себя от преступления. Правила поведения в различных ситуациях.                                                                               | 1                   |
| 30.                                                                                                        | Безопасность в общественных местах                                                                                                                       | 1                   |
| 31.                                                                                                        | Самозащита в общественном транспорте, в замкнутом пространстве.                                                                                          | 1                   |
| 32.                                                                                                        | Как защитить себя от террористического акта.                                                                                                             | 1                   |
| 33.                                                                                                        | Контрольная работа № 4                                                                                                                                   | 1                   |
| 34.                                                                                                        | Обобщающий урок по всем темам                                                                                                                            | 1                   |
| 35.                                                                                                        | Резерв                                                                                                                                                   | 1                   |
|                                                                                                            | <b>Итого</b>                                                                                                                                             | <b>35</b>           |



## **Содержание учебного предмета «ОБЖ» 9 класс**

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

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности**

##### **1. Национальная безопасность России в современном мире.**

Современный мир и Россия. Национальные интересы России в современном мире.

Основные угрозы национальным интересам и безопасности России.

Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения на национальную безопасность России.

##### **2. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России.**

Чрезвычайные ситуации и их классификация. Чрезвычайные ситуации природного характера и их последствия. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их причины. Угроза военной безопасности России.

#### **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.**

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

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

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

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций. Средства индивидуальной и коллективной защиты.

Оповещение и эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

#### **Раздел 3. Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации.**

##### **5. Терроризм и экстремизм: их причины и последствия.**

Международный терроризм - угроза национальной безопасности России.

Виды террористической деятельности и террористических актов, их цели и способы осуществления.

##### **6. Нормативно-правовая база противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.**

Основные нормативно-правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму.

Общегосударственное противодействие терроризму.

Нормативно-правовая база противодействия наркотизму.

##### **7. Организационные основы системы противодействия терроризму и наркотизму в Российской Федерации.**

Организационные основы противодействия терроризму в Российской Федерации.

Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации.

##### **8. Обеспечение личной безопасности при угрозе теракта и профилактика наркозависимости.**

Правила поведения при угрозе террористического акта. Безопасность при посещении массовых мероприятий. Личная безопасность при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Профилактика наркозависимости.

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

#### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни**

##### **9. Здоровье - условие благополучия человека.**

Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность.

Здоровый образ жизни и его составляющие. Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России.

10. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье.

Ранние половые связи и их последствия. Инфекции, передаваемые половым путём. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе.

11. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья.

Брак и семья. Семья и здоровый образ жизни человека. Основы семейного права в Российской Федерации.

#### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

12. Оказание первой помощи.

Первая помощь при массовых поражениях (практическое занятие по плану преподавателя). Первая помощь при передозировке психоактивных веществ.

### Тематическое планирование учебного предмета «ОБЖ» 9 класс

| №   | тема урока                                                                                           | Кол-во часов |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1.  | Концепция экологической безопасности России                                                          | 1            |
| 2.  | Окружающая среда и экологическая опасность                                                           | 1            |
| 3.  | Химические загрязнения и отравления.                                                                 | 1            |
| 4.  | Шум и здоровье человека.                                                                             | 1            |
| 5.  | Безопасное питание.                                                                                  | 1            |
| 6.  | Биоритмы человека.                                                                                   | 1            |
| 7.  | Движение в жизни человека.                                                                           | 1            |
| 8.  | Контрольная работа                                                                                   | 1            |
| 9.  | Урок обобщения, систематизации знаний, закрепления умений                                            | 1            |
| 10. | Стресс.                                                                                              | 1            |
| 11. | Информационное загрязнение.                                                                          | 1            |
| 12. | Природная среда-источник инфекционных заболеваний.                                                   | 1            |
| 13. | Экологическая безопасность в природных условиях.                                                     | 1            |
| 14. | Старение организма.                                                                                  | 1            |
| 15. | Контрольная работа                                                                                   | 1            |
| 16. | Безопасное пользование компьютером                                                                   | 1            |
| 17. | Меры безопасности на уроках                                                                          | 1            |
| 18. | История создания международной системы гуманитарного реагирования при ЧС мирного и военного времени. | 1            |
| 19. | Международная гуманитарная деятельность.                                                             | 1            |
| 20. | Ориентирование в местности.                                                                          | 1            |
| 21. | Жизнеобеспечение человека в автономных условиях.                                                     | 1            |
| 22. | Преодоление препятствий                                                                              | 1            |
| 23. | Контрольная работа                                                                                   | 1            |
| 24. | Урок обобщения, систематизации знаний, закрепления умений                                            | 1            |
| 25. | Первая доврачебная помощь.                                                                           | 1            |
| 26. | Терминальные состояния.                                                                              | 1            |
| 27. | Шок.                                                                                                 | 1            |
| 28. | Водные травмы.                                                                                       | 1            |
| 29. | Действия в районе выброса АХОВ.                                                                      | 1            |
| 30. | Преодоление зоны поражения радиоактивными веществами.                                                | 1            |
| 31. | Действия в ЧС криминогенного характера.                                                              | 1            |
| 32. | Поисково-спасательные работы.                                                                        | 1            |
| 33. | Контрольная работа                                                                                   | 1            |
| 34. | Обобщающий урок по всем темам                                                                        | 1            |
| 35. | Резерв                                                                                               | 1            |
|     | Итого                                                                                                | 35           |

Линия учебно-методических комплексов по ОБЖ под редакцией А. Т. Смирнова. 5-9 классы