

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Ставропольского края**

**Петровского района**

**МКОУ СОШ № 9 им.Н.К.Калашникова**

Согласована  
Заместитель директора по  
УВР

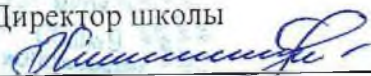


Н.В.Ревякина

Протокол №1  
от 30 августа 2023 г.

Утвержена  
приказом МКОУ СОШ № 9  
им. Н.К. калашникова  
от 31 августа 2023 г. № 26

Директор школы



О.Н.Хищенко

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для 6 -7 классов основного общего образования (базовый уровень)

количество часов по учебному плану: 34 (1 час в неделю)

срок реализации 2023-2024 учебный год

**с. Высоцкое, 2023 год**

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований к планируемым результатам основной образовательной программы основного общего образования МКОУ СОШ №9 им. Н.К. Калашникова, реализующей ФГОС ООО.

В рабочую программу включены планируемые результаты освоения учебного предмета, содержание учебного предмета, тематическое планирование.

В своей предметной ориентации рабочая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- анти экстремистское, антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

### **6 класс**

#### **I. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий обучающегося.

##### **Личностные результаты**

- ответственное отношение к учению;
- готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- постепенное выстраивание собственной целостной картины мира;
- приобретение опыта участия в социально значимом труде;
- развитие коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой деятельности;
- осознание ценности здорового образа жизни;
- понимание основ экологической культуры.

##### **Метапредметные результаты**

###### **Регулятивные УУД**

###### ***Обучающийся сможет:***

- ставить учебную задачу (самостоятельно и под руководством учителя);
- планировать свою деятельность (самостоятельно, в группе или под руководством учителя);
- работать в соответствии с поставленной учебной задачей;
- работать в соответствии с предложенным планом;
- сравнивать полученные результаты с ожидаемыми;
- владеть основами самоконтроля и самооценки;
- осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности.

###### **Познавательные УУД**

###### ***Обучающийся сможет:***

- выделять главное, существенные признаки понятий;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- определять критерии для сравнения фактов, явлений, событий, объектов;
- сравнивать объекты, факты, явления, события по заданным критериям;
- классифицировать информацию по заданным признакам;
- решать проблемные задачи;
- искать и отбирать информацию в учебных и справочных пособиях, словарях;
- работать с текстом и нетекстовыми компонентами;
- создавать тексты разных типов (описательные, объяснительные).

### **Коммуникативные УУД**

#### ***Обучающийся сможет:***

- участвовать в совместной деятельности, организовывать сотрудничество;
- оценивать работу одноклассников;
- в дискуссии высказывать суждения, подтверждая их фактами;
- осознано уважительно и доброжелательно относиться к другому человеку и его мнению;
- критично относиться к своему мнению.

### **Предметные результаты**

#### ***Обучающийся 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 себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- ориентироваться на местности при помощи компаса, карты и местных предметов.

#### ***Обучающиеся получают возможность научиться применять на практике:***

- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести себя в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;

- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей.

## **II. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ**

**Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.** Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климатогеографических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.

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

**Психологические основы выживания в природных условиях.** Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

**Коллективные и индивидуальные средства защиты.** Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.

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

**Взрывы в местах массового скопления людей.** Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки

взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него.

## **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**

**Средства оказания первой помощи.** Аптечка первой помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания первой помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи.

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

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

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

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

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

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

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

## **ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

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

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

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

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

### **III. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

<b>№ урока</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Основы безопасности личности, общества и государства (23 часа)</b>		<b>23</b>
<b>1. Экстремальные ситуации в природных условиях</b>		<b>18</b>
1	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях	1

2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях	1
3	Психологические основы выживания в природных условиях	1
4	Страх — главный психологический враг	1
5	Подготовка к походу и поведение в природных условиях	1
6	Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности	1
7	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.	1
8	Поведение в экстремальной ситуации в условиях похода.	1
9	Действия при потере ориентировки.	1
10	Способы ориентирования и определение направления движения.	1
11	Ориентирование по Солнцу. Луне, звездам.	1
12	Техника движения в природных условиях	1
13	Сооружение временного жилища, добывание и использование огня	1
14	Обеспечение питанием и водой	1
15	Поиск и приготовление пищи	1
16	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов	1
17	Безопасность на водоемах	1
18	Сигналы бедствия	1
<b>2. Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме</b>		<b>2</b>
19	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме	1
20	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях	1
<b>3. Безопасность в чрезвычайных ситуациях</b>		<b>3</b>
21	Коллективные и индивидуальные средства защиты	1
22	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств	1
23	Взрывы в местах массового скопления людей	1
<b>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (11 ч)</b>		<b>11</b>
<b>1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>		<b>8</b>
24	Средства оказания первой помощи	1
25	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей	1
26	Первая помощь при ожогах	1
27	Тепловой и солнечный удар	1
28	Обморожения и общее охлаждение организма	1
29	Беда на воде	1
30	Закрытые травмы	1
31	Способы переноски пострадавших	1
<b>2. Основы здорового образа жизни</b>		<b>3</b>
32	Правильное питание — основа здорового образа жизни	1

33	Гигиена и культура питания	1
34	Особенности подросткового возраста	1
<b>Итого</b>		<b>34ч</b>

### 7 класс

#### 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий обучающегося.

#### **Личностные результаты**

##### *Обучающийся сможет:*

- проявлять эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, к необходимости ее сохранения и рационального использования;
- проявлять патриотизм, любовь к своей местности, своему региону, своей стране;
- уважать историю, культуру, национальные особенности, традиции и обычаи других народов;
- оценивать с позиций социальных норм собственные поступки и поступки других людей;
- взаимодействовать с людьми, работать в коллективе, вести диалог, дискуссию, вырабатывая общее решение;
- ориентироваться в окружающем мире, выбирать цель своих действий и поступков, принимать решения.

#### **Метапредметные результаты**

##### **Регулятивные УУД**

##### *Обучающийся сможет:*

- самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель;
- определять критерии для сравнения фактов, явлений, событий, объектов;
- выдвигать версии решения проблемы, осознавать (и интерпретировать в случае необходимости) конечный результат, выбирать средства достижения цели, а также искать их самостоятельно;
- составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта);
- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно (в том числе и корректировать план);
- совершенствовать самостоятельно выбранные критерии оценки в диалоге с учителем.

##### **Познавательные УУД**

##### *Обучающийся сможет:*

- анализировать связи соподчинения и зависимости между компонентами объекта;
- выявлять причинно-следственные связи;
- осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая критерии для указанных логических операций;
- строить рассуждение логически, включающее установление причинно-следственных связей;
- создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта;
- составлять тезисы, различные виды планов (простых, сложных и т. п.);



- преобразовывать информацию из одного вида в другой (таблицу в текст и т. д.);
- определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

### **Коммуникативные УУД**

#### ***Обучающийся сможет:***

- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, договариваться друг с другом и т. д.);
- выслушивать и объективно оценивать другого;
- в дискуссии уметь выдвинуть аргументы и контраргументы;
- учиться критично относиться к своему мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения и корректировать его;
- понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство(аргументы), факты (гипотезы, аксиомы, теории);
- уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций;
- уметь вести диалог, вырабатывая общее решение.
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: сохранения здоровья и соблюдения норм экологического поведения; сохранения окружающей среды и социальноответственного поведения в ней; адаптации к условиям проживания на определенной территории;
- самостоятельно оценивать уровень безопасности окружающей среды как сферы жизнедеятельности.

### **Предметные результаты**

#### ***Обучающийся 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 применением бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы и средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах.

***Обучающиеся получают возможность научиться:***

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать 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;
- безопасно использовать ресурсы Интернета;
- определять состояния, требующие оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей.

**II. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»  
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ, ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА**

**Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.** Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

**ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ. ИЗ ИСТОРИИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ**

**Происхождение и классификация землетрясений.** Понятие о землетрясении. Сейсмические пояса и сейсмически активные районы. Понятие об очаге и эпицентре землетрясения. Причины возникновения землетрясений и их последствия. Классификация землетрясений по происхождению. Отслеживание землетрясений с помощью сейсмографа.

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

**Правила безопасного поведения при землетрясениях.** Основные причины несчастных случаев при землетрясениях. Меры по предотвращению повреждений или

уменьшению их тяжести. Признаки приближающегося землетрясения. Действия при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время него и после: на улице, в школе, в доме (квартире). Правила безопасного поведения в случае попадания в завал.

### **ВУЛКАНЫ. ИЗ ИСТОРИИ ИЗВЕРЖЕНИЙ ВУЛКАНОВ**

**Общее понятие о вулканах.** Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумароле. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи.

**Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов.** Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.

### **ОПОЛЗНИ, СЕЛИ, ОБВАЛЫ И СНЕЖНЫЕ ЛАВИНЫ**

Общее условие возникновения оползней, селей, обвалов и лавин. Зоны повышенной опасности на территории России.

**Оползни.** Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней.

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

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

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

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

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

### **УРАГАНЫ, БУРИ, СМЕРЧИ**

**Происхождение ураганов, бурь и смерчей.** Шкала Бофорта и измерение скорости воздушных масс. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Понятие о циклонах и их характеристика. Области зарождения тропических циклонов.

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

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

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

### **НАВОДНЕНИЯ. ИЗ ИСТОРИИ НАВОДНЕНИЙ**

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

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

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

## ЦУНАМИ. ИЗ ИСТОРИИ ЦУНАМИ

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

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

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

## ПРИРОДНЫЕ ПОЖАРЫ

**Причины природных пожаров и их классификация.** Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика.

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

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

## МАССОВЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЮДЕЙ, ЖИВОТНЫХ И РАСТЕНИЙ

**Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.** Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений.

**Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.** Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ УСЛОВИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

**Человек и стихия.** Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию.

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

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

## ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

### НАЛОЖЕНИЕ ПОВЯЗОК И ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ

**Правила наложения повязок.** Разновидности повязок и их характеристика. Индивидуальный пакет первой помощи. Общие правила наложения повязок. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, грудь.

**Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.** Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов, первая помощь при травме кости. Способы наложения шин. Принципы и способы транспортировки пострадавших. Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

### ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. РЕЖИМ УЧЕБЫ И ОТДЫХА ПОДРОСТКА

**Режим — необходимое условие здорового образа жизни.** Понятие о режиме. Формирование навыков здорового образа жизни. Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

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

### III. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

№ урока	Тема	Кол-во часов
<b>Основы безопасности личности, общества и государства (31 час)</b>		<b>31</b>
<b>1. Землетрясения</b>		<b>4</b>
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация	1
2	Происхождение и классификация землетрясений	1
3	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь	1
4	Правила безопасного поведения при землетрясениях	1
<b>2. Вулканы</b>		<b>2</b>
5	Общее понятие о вулканах	1
6	Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов	1
<b>3. Оползни, сели, обвалы и снежные лавины</b>		<b>6</b>
7	Оползни	1
8	Сели (селевые потоки)	1
9	Обвалы	1
10	Снежные лавины	1
11	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин	1
12	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин	1

<b>4. Ураганы, бури, смерчи</b>		<b>4</b>
13	Происхождение ураганов, бурь и смерчей	1
14	Классификация ураганов, бурь и смерчей	1
15	Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	1
16	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	1
<b>5. Наводнения</b>		<b>3</b>
17	Виды наводнений	1
18	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	1
19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений	1
<b>6. Цунами</b>		<b>3</b>
20	Причины и классификация цунами	1
21	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них	1
22	Правила безопасного поведения при цунами	1
<b>7. Природные пожары</b>		<b>4</b>
23	Причины природных пожаров и их классификация	1
24	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение	1
25	Правила безопасного поведения в зоне лесного пожара и при его тушении	1
26	Правила безопасного поведения в зоне торфяного пожара и при его тушении	1
<b>8. Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений</b>		<b>2</b>
27	Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии	1
28	Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений	1
<b>9. Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера</b>		<b>3</b>
29	Человек и стихия	1
30	Характер и темперамент	1
31	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	1
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (3 часа)</b>		<b>3</b>
<b>1. Наложение повязок и помощь при переломах</b>		<b>2</b>
32	Правила наложения повязок	1
33	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	1



- самостоятельно обнаруживать и формулировать проблему в классной и индивидуальной учебной деятельности;
- выдвигать версии решения проблемы, осознавать конечный результат, выбирать из предложенных и искать самостоятельно средства достижения цели;
- составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта);
- подбирать к каждой проблеме (задаче) адекватную ей теоретическую модель;
- работая по предложенному и самостоятельно составленному плану, использовать наряду с основными и дополнительные средства (справочная литература, сложные приборы, компьютер);
- планировать свою индивидуальную образовательную траекторию;
- работать по самостоятельно составленному плану, сверяясь с ним и целью деятельности, исправляя ошибки, используя самостоятельно подобранные средства (в том числе и Интернет);
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся критериев, различая результат и способы действий;
- самостоятельно осознавать причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- оценить степень успешности своей индивидуальной образовательной деятельности;
- организовать свою жизнь в соответствии с общественно значимыми представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, ценностях бытия и культуры, социального взаимодействия;
- ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать решения.

### **Познавательные УУД**

#### ***Обучающийся сможет:***

- вести самостоятельный поиск, анализ, отбор информации, ее преобразование, сохранение, передачу и презентацию с помощью технических средств и информационных технологий;
- анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать понятия;
- давать определение понятиям на основе изученного на различных предметах учебного материала;
- осуществлять логическую операцию установления родовидовых отношений;
- обобщать понятия – осуществлять логическую операцию перехода от понятия с меньшим объёмом к понятию с большим объёмом;
- строить рассуждение логически, включающее установление причинно-следственных связей;
- создавать модели с выделением существенных характеристик объекта, преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- представлять информацию в виде конспектов, таблиц, схем, графиков. Преобразовывать информацию из одного вида в другой и выбирать удобную для себя форму фиксации и представления информации. Представлять информацию в оптимальной форме в зависимости от адресата;
- создавать источники информации разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности;
- использовать компьютерные и коммуникационные технологии как инструмент для достижения своих целей. Уметь выбирать адекватные задаче инструментальные программно-аппаратные средства и сервисы.

### **Коммуникативные УУД**



### ***Обучающийся сможет:***

- отстаивая свою точку зрения, приводить аргументы, подтверждая их фактами;
- в дискуссии выдвинуть контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критично относиться к своему мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты, гипотезы, аксиомы, теории;
- взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций.

### **Предметные результаты**

#### ***Обучающиеся научатся:***

- 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 применением бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- 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;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;

#### ***Обучающийся получит возможность научиться:***

- 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;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;

- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы Интернета;
- определять состояния, требующие оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при обморожениях и общем переохлаждении.

## **II. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ, ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА ПРОИЗВОДСТВЕННЫЕ АВАРИИ И КАТАСТРОФЫ**

**Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация.** Понятие об аварии, производственной и транспортной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера по масштабу распространения и тяжести последствий. Типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их классификация и характеристика (транспортные аварии, аварии с выбросом биологически опасных веществ, аварии на электроэнергетических и коммунальных системах, обрушения зданий и сооружений и др.).

**Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них.** Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины аварий и катастроф техногенного характера. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Заблаговременные меры по предупреждению и защите от чрезвычайных ситуаций.

### **ВЗРЫВЫ И ПОЖАРЫ. ИЗ ИСТОРИИ КАТАСТРОФ**

**Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах.** Наиболее распространенные причины пожаров и взрывов на промышленных предприятиях, транспорте, в складских помещениях. Понятие о пожаро- и взрывоопасных объектах. Виды аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.

**Общие сведения о взрыве и пожаре.** Понятие о взрыве. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Зоны действия взрыва. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование, степени разрушения. Понятие о пожаре и горении. Условия

для протекания процесса горения. Классификация веществ и материалов по группам возгораемости.

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

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

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

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

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

#### АВАРИИ С ВЫБРОСОМ АВАРИЙНО ХИМИЧЕСКИ ОПАСНЫХ ВЕЩЕСТВ

**Виды аварий на химически опасных объектах.** Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Классификация промышленных объектов, городов, городских и сельских районов, областей, краев и республик по степени химической опасности.

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

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

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

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

#### АВАРИИ С ВЫБРОСОМ РАДИОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

**Радиация вокруг нас.** Понятие об ионизирующем излучении и его влияние на человека. Виды ионизирующего излучения (альфа-, бета- и гамма-излучения) и их характеристика. Измерение дозы облучения. Естественные и искусственные источники ионизирующего излучения. Внешнее и внутреннее облучение человека. Дозы облучения от различных источников излучения.

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

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

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

#### ГИДРОДИНАМИЧЕСКИЕ АВАРИИ

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

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

#### ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ НА ТРАНСПОРТЕ

**Автомобильные аварии и катастрофы.** Автомобильные аварии и катастрофы и их основные причины. Автомобиль как источник опасности на дороге. Безопасное поведение на дорогах.

**Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов.** Правила движения по проезжей части на велосипедах и мопедах. Сигналы поворота и торможения. Запрещенные для водителей велосипедов и мопедов действия на дороге.

#### ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА

**Состояние природной среды и жизнедеятельность человека.** Антропогенные изменения в природе: преднамеренные преобразования и попутные изменения. Формы воздействия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайной ситуации экологического характера, их классификация. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Понятие о токсичности. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека.

**Изменение состава атмосферы (воздушной среды).** Функции воздушной среды. Зависимость климата от прозрачности атмосферы. Влияние хозяйственной деятельности человека на воздушную среду. Опасные явления, связанные с изменением состава

атмосферы: парниковый эффект, разрушение озонового экрана, кислотные осадки. Основные источники загрязнения воздушной среды вредными веществами. Меры по улучшению ситуации.

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

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

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

### **ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**

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

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

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

### **ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

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

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

### **III. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

<b>№ урока</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
	<b>Основы безопасности личности, общества и государства (29 часов)</b>	<b>29</b>

<b>1. Производственные аварии и катастрофы</b>		<b>2</b>
1	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация	1
2	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них	1
<b>2. Взрывы и пожары</b>		<b>7</b>
3	Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах	1
4	Общие сведения о взрыве и пожаре	1
5	Классификация пожаров	1
6	Причины пожаров и взрывов, их последствия	1
7	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов	1
8	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах	1
9	Пожары и паника	1
<b>3. Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ</b>		<b>6</b>
10	Виды аварий на химически опасных объектах	1
11	Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека	1
12	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах	1
13	Защита населения от аварийно химически опасных веществ	1
14	Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ	1
15	Как действовать при авариях с выбросом АХОВ	1
<b>4. Аварии с выбросом радиоактивных веществ</b>		<b>5</b>
16	Радиация вокруг нас	1
17	Аварии на радиационно опасных объектах	1
18	Последствия радиационных аварий	1
19	Защита от радиационных аварий	1
20	правила безопасного поведения при проживании на загрязненной местности	1
<b>5. Гидродинамические аварии</b>		<b>3</b>
21	Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия	1
22	Защита от гидродинамических аварий	1
23	Действия при внезапном затоплении и после схода воды	1
<b>6. Чрезвычайные ситуации на транспорте</b>		<b>2</b>
24	Автомобильные аварии и катастрофы	1
25	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов	1
<b>7. Чрезвычайные ситуации экологического характера</b>		<b>4</b>
26	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека	1
27	Изменение состава атмосферы (воздушной среды)	1
28	Изменение состояния гидросферы (водной среды)	1

29	Изменение состояния суши (почвы). Нормативы предельно допустимых воздействий на природу	1
<b>Оказание медицинских знаний и правила оказания первой помощи (3 ч)</b>		<b>3</b>
30	Первая помощь при массовых поражениях	1
31	Первая помощь при поражении аварийнохимически опасными веществами	1
32	Первая помощь при бытовых отравлениях	1
<b>Основы здорового образа жизни(2 ч)</b>		<b>2</b>
33	Физическая культура и закаливание	1
34	Семья в современном обществе	1
	<b>Итого</b>	<b>34ч</b>

### 9 класс

#### **I. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий обучающегося.

#### **Личностные результаты**

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

- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Метапредметные результаты**

#### **Регулятивные УУД**

##### ***Обучающийся сможет:***

- самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- подбирать к каждой проблеме (задаче) адекватную ей теоретическую модель;
- работая по предложенному и самостоятельно составленному плану, использовать наряду с основными и дополнительные средства (справочная литература, сложные приборы, компьютер);
- планировать свою индивидуальную образовательную траекторию;
- работать по самостоятельно составленному плану, сверяясь с ним и целью деятельности, исправляя ошибки, используя самостоятельно подобранные средства (в том числе и Интернет);
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся критериев, различая результат и способы действий;
- самостоятельно осознавать причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха.
- оценить степень успешности своей индивидуальной образовательной деятельности;
- организовать свою жизнь в соответствии с общественно значимыми представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, ценностях бытия и культуры, социального взаимодействия;
- ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать решения.

#### **Познавательные УУД**

##### ***Обучающийся сможет:***

- согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- вести самостоятельный поиск, анализ, отбор информации, ее преобразование, сохранение, передачу и презентацию с помощью технических средств и информационных технологий;
- анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать понятия;
- давать определение понятиям на основе изученного на различных предметах учебного материала;
- осуществлять логическую операцию установления родовидовых отношений;
- обобщать понятия – осуществлять логическую операцию перехода от понятия с меньшим объемом к понятию с большим объемом;
- строить рассуждение логически, включающее установление причинно-следственных связей;
- создавать модели с выделением существенных характеристик объекта, преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- представлять информацию в виде конспектов, таблиц, схем, графиков.  
Преобразовывать информацию из одного вида в другой и выбирать удобную для себя



форму фиксации и представления информации. Представлять информацию в оптимальной форме;

- самостоятельно создавать источники информации разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности;
- использовать компьютерные и коммуникационные технологии как инструмент для достижения своих целей. Выбирать адекватные задаче инструментальные программно-аппаратные средства и сервисы.

### **Коммуникативные УУД**

*Обучающийся сможет:*

- отстаивая свою точку зрения, приводить аргументы, подтверждая их фактами;
- в дискуссии уметь выдвинуть контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критично относиться к своему мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций.

### **Предметные результаты**

*Обучающийся 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 применением бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах.

***Обучающиеся получают возможность практически применять полученные навыки и умения:***

- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести себя в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении (попытке похищения) или захвате в заложники и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;

- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы Интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния, требующие оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при обморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей.

## **II. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ, ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА СОВРЕМЕННЫЙ КОМПЛЕКС ПРОБЛЕМ БЕЗОПАСНОСТИ**

**Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.** Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов.

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

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

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

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

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЕДИНОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И**

## ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ (РСЧС)

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

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

## МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО

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

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

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

## БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В КРИМИНОГЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

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

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

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

## ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

### ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

**Причины травматизма и пути их предотвращения.** Понятие о травматизме. Основные причины травматизма и виды травм в школьном возрасте. Меры по предотвращению различных видов травм.

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

**Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.** Правила поведения на уроках физики, химии, во время перемен. Причины травматизма на уроках

физической культуры и во время занятий спортом. Виды спорта с высокой степенью травматического риска. Профилактика травматизма на уроках физической культуры и на занятиях спортом. Безопасная одежда, обувь и защитное снаряжение.

### ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

**Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.** Понятие о ране. Виды ран. Понятие об антисептике и ее виды. Основные антисептические средства и порядок их применения. Понятие об асептике. Предупреждение инфицирования ран с помощью асептических средств.

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

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

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

### ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

**Здоровье человека.** Понятие о здоровье. Физическое, духовное, социальное здоровье. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Взаимосвязь между индивидуальным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье.

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

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

### ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

**Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.** Понятие о гигиене и личной гигиене. Правила ухода за кожей. Основная функция одежды и гигиенические требования к ней.

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

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

### ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКА

**Физиологическое и психологическое развитие подростков.** Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Мероприятия, помогающие справиться с чувствами и эмоциями.

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

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

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

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

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

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

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

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

### **III. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

<b>№ урока</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Основы безопасности личности, общества и государства (13 ч)</b>		<b>13</b>
<b>1. Современный комплекс проблем безопасности</b>		<b>5</b>
1	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства	1
2	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации	1
3	Международный терроризм как угроза национальной безопасности	1
4	Наркотизм и национальная безопасность	1
5	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности	1
<b>2. Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч)</b>		<b>2</b>
6	Цели, задачи и структура РСЧС	1
7	Режимы функционирования, силы и средства РСЧС	1
<b>3. Международное гуманитарное право</b>		<b>3</b>
8	Международное гуманитарное право. Сфера применения и	1

	ответственность за нарушение норм	
9	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала	1
10	Защита военнопленных и гражданского населения	1
<b>Безопасное поведение в криминогенных ситуациях</b>		<b>3</b>
11	Защита от мошенников	1
12	Безопасное поведение девушек	1
13	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций	1
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7 ч)</b>		<b>7</b>
<b>1. Профилактика травм в старшем школьном возрасте</b>		<b>3</b>
14	Причины травматизма и пути их предотвращения	1
15	Безопасное поведение дома и на улице	1
16	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом	1
<b>2. Основы медицинских знаний</b>		<b>4</b>
17	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика	1
18	Травмы головы, позвоночника и спины	1
19	Экстренная реанимационная помощь	1
20	Основные неинфекционные заболевания	1
<b>Основы здорового образа жизни (14 ч)</b>		<b>14</b>
<b>1. Здоровье и здоровый образ жизни</b>		<b>3</b>
21	Здоровье человека	1
22	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления	1
23	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье	1
<b>2. Личная гигиена</b>		<b>3</b>
24	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды	1
25	Гигиена питания и воды	1
26	Гигиена жилища и индивидуального строительства	1
<b>3. Физиологические и психологические особенности организма подростка</b>		<b>4</b>
27	Физиологическое и психологическое развитие подростков	1
28	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции	1
29	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях	1
30	Суицидальное поведение в подростковом возрасте	1

<b>4. Факторы, разрушающие здоровье человека</b>		<b>4</b>
31	Употребление табака	1
32	Употребление алкоголя	1
33	Наркомания и токсикомания	1
34	Заболевания, передающиеся половым путем	1
	<b>Итого</b>	<b>34 ч</b>

#### **Оценочные материалы по основам безопасности жизнедеятельности**

Контрольно-измерительные материалы составлены в соответствии с требованиями ФГОС. Проверочные работы состоят из вопросов и заданий, соответствующих требованиям базового уровня, как по объему, так и глубине.

#### **Оценивание письменных контрольных работ.**

Отметку «5» получает обучающийся, чья письменная работа и ее результат соответствует в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачет в баллах, то оценку «5» получает обучающийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

Отметку «4» получает обучающийся, чья письменная работа и ее результат, в общем, соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачет в баллах, то оценку «4» получает обучающийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

Отметку «3» получает обучающийся, чья письменная работа и ее результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачет в баллах, то оценку «3» получает обучающийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

Отметку «2» получает обучающийся, чья письменная работа и ее результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачет в баллах, то оценку «2» получает обучающийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

#### **Оценка практических работ.**

Отметка «5» ставится, если учащийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Отметка «4» ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два-три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Отметка «2» ставится, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Отметка «1» ставится, если учащийся совсем не выполнил практическую работу.

Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

#### **Оценка устного ответа**

Отметка «5» ставится, если ученик:



1. Показывает глубокое и полное знание и понимание всего объёма программного материала; полное понимание сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей, теорий, взаимосвязей;

2. Умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала; выделять главные положения, самостоятельно подтверждать ответ конкретными примерами, фактами; самостоятельно и аргументировано делать анализ, обобщения, выводы. Устанавливать межпредметные (на основе ранее приобретенных знаний) и внутрипредметные связи, творчески применять полученные знания в незнакомой ситуации. Последовательно, чётко, связно, обоснованно и безошибочно излагать учебный материал; давать ответ в логической последовательности с использованием принятой терминологии; делать собственные выводы; формулировать точное определение и истолкование основных понятий, законов, теорий; при ответе не повторять дословно текст учебника; излагать материал литературным языком; правильно и обстоятельно отвечать на дополнительные вопросы учителя. Самостоятельно и рационально использовать наглядные пособия, справочные материалы, учебник, дополнительную литературу, первоисточники; применять систему условных обозначений при ведении записей, сопровождающих ответ; использование для доказательства выводов из наблюдений и опытов;

3. Самостоятельно, уверенно и безошибочно применяет полученные знания в решении проблем на творческом уровне; допускает не более одного недочёта, который легко исправляет по требованию учителя; имеет необходимые навыки работы с приборами, чертежами, схемами и графиками, сопутствующими ответу; записи, сопровождающие ответ, соответствуют требованиям

Отметка «4» ставится, если ученик:

1. Показывает знания всего изученного программного материала. Дает полный и правильный ответ на основе изученных теорий; допускает незначительные ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, определения понятий, небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях из наблюдений и опытов; материал излагает в определенной логической последовательности, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно при требовании или при небольшой помощи учителя; в основном усвоил учебный материал; подтверждает ответ конкретными примерами; правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

2. Умеет самостоятельно выделять главные положения в изученном материале; на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи; применять полученные знания на практике в видоизменённой ситуации, соблюдать основные правила культуры устной речи и сопровождающей письменной, использовать научные термины;

3. В основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины;

4. Ответ самостоятельный;

5. Наличие неточностей в изложении учебного материала;

6. Определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения последовательности изложения, небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях;

7. Связное и последовательное изложение; при помощи наводящих вопросов учителя восполняются сделанные пропуски;

Отметка «3» ставится, если ученик:

1. Усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала;
2. Материал излагает не систематизировано, фрагментарно, не всегда последовательно;
3. Показывает недостаточную сформированность отдельных знаний и умений; выводы и обобщения аргументирует слабо, допускает в них ошибки.
4. Допустил ошибки и неточности в использовании научной терминологии, определения понятий дал недостаточно четкие;
5. Не использовал в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, фактов, опытов или допустил ошибки при их изложении;
6. Испытывает затруднения в применении знаний, необходимых для решения задач различных типов, при объяснении конкретных явлений на основе теорий и законов, или в подтверждении конкретных примеров практического применения теорий;
7. Отвечает неполно на вопросы учителя (упуская и основное), или воспроизводит содержание текста учебника, но недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение в этом тексте;
8. Обнаруживает недостаточное понимание отдельных положений при воспроизведении текста учебника (записей, первоисточников) или отвечает неполно на вопросы учителя, допуская одну-две грубые ошибки.
9. Слабое знание понятий, отсутствие практических навыков работы в области основ безопасности жизнедеятельности;

Отметка «2» ставится, если ученик:

1. Не усвоил и не раскрыл основное содержание материала;
2. Не делает выводов и обобщений.
3. Не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов;
4. Имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов и задач по образцу;
5. При ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи учителя.
6. Имеются грубые ошибки в оказании первой помощи.

Отметка «1» ставится, если ученик:

1. Не может ответить ни на один из поставленных вопросов;
2. Полностью не усвоил материал.

Примечание. По окончании устного ответа учащегося педагогом даётся краткий анализ ответа, объявляется мотивированная оценка. Возможно привлечение других обучающихся для анализа ответа, самоанализ, предложение оценки.

### **Оценка проверочных тестов**

Критерии выставления оценок за тест, состоящий из 10 вопросов.

Время выполнения работы: 10-15 мин.

Отметка «5» - 10 правильных ответов,  
 «4» - 7-9,  
 «3» - 5-6,  
 «2» - менее 5 правильных ответов.

Критерии выставления оценок за тест, состоящий из 20 вопросов.

Время выполнения работы: 30-35 мин.

Отметка «5» - 18-20 правильных ответов,  
 «4» - 14-17,  
 «3» - 10-13,  
 «2» - менее 10 правильных ответов.

Критерии выставления оценок за тест, состоящий из 25 вопросов.

Время выполнения работы: 40 минут.

Отметка «5» - 25-22 балла - 90-100% верных ответов,  
«4» - 21- 18 баллов -70-89% верных ответов,  
«3» - 17 – 12 баллов -50-69% верных ответов  
«2» - 12 баллов - 50% верных ответов.

Класс	Форма контроля	источники
5	стартовая	Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр.12
5	промежуточная	Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр. 49
6	стартовая	Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр. 10
6	промежуточная	Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр. 59
7	стартовая	Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр. 9
7	промежуточная	Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр. 53
8	стартовая	Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр.11
8	промежуточная	Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр. 61
9	стартовая	Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр. 14
9	промежуточная	Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр. 42
9	итоговая	Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017, стр. 87

### **УМК « Основы безопасности жизнедеятельности» 5-9 классы**

Учебно-методическое обеспечение учебного процесса предусматривает использование УМК (учебно-методических комплектов) линии В.Н. Латчука: Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы, Дрофа, 2017.

#### **ОБЖ5 класс**

1. Рабочая программа. Предметная линия учебников УМК В.Н. Латчука.«Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы: учебно-методическое пособие /авт.-сост. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – М.: Дрофа, 2017.
2. Поляков В. В., Кузнецов М. И., Марков В. В., Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник. - М.: Дрофа, 2014.

3. Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.

#### **ОБЖ6 класс**

1. Рабочая программа. Предметная линия учебников УМК В.Н. Латчука. «Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы: учебно-методическое пособие /авт.-сост. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – М.: Дрофа, 2017.
2. Маслов А. Г., Марков В. В., Латчук В. Н., Кузнецов М. И. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учебник. - М.: Дрофа, 2015.
3. Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.

#### **ОБЖ 7 класс**

1. Рабочая программа. Предметная линия учебников УМК В.Н. Латчука. «Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы: учебно-методическое пособие /авт.-сост. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – М.: Дрофа, 2017.
2. Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник. - М.: Дрофа, 2016.
3. Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.

#### **ОБЖ 8 класс**

1. Рабочая программа. Предметная линия учебников УМК В.Н. Латчука. «Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы: учебно-методическое пособие /авт.-сост. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – М.: Дрофа, 2017.
2. Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: учебник. - М.: Дрофа, 2015.
3. Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.
4. Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.

#### **ОБЖ9 класс**

1. Рабочая программа. Предметная линия учебников УМК В.Н. Латчука. «Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы: учебно-методическое пособие /авт.-сост. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – М.: Дрофа, 2017.
2. Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник. - М.: Дрофа, 2015.
3. Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.
4. Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.
5. Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Безопасность при террористических актах. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.

## 6 КЛАСС (базовый уровень; 1 час в неделю, всего 34 часа)

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		план	факт	
1.	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2.	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
3.	Психологические основы выживания в природных условиях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
4.	Страх - главный психологический враг			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
5.	Подготовка к походу и поведение в природных условиях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
6.	Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
7.	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
8.	Поведение в экстремальной ситуации в условиях похода.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
9.	Действия при потере ориентировки.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
10.	Способы ориентирования и определение направления движения.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
11.	Ориентирование по Солнцу. Луне, звездам.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		план	факт	
12.	Техника движения в природных условиях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
13.	Сооружение временного жилища, добывание и использование огня			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
14.	Обеспечение питанием и водой			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
15.	Поиск и приготовление пищи			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
16.	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
17.	Безопасность на водоемах			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
18.	Сигналы бедствия.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
19.	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
20.	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
21.	Коллективные и индивидуальные средства защиты			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
22.	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		план	факт	
23.	Взрывы в местах массового скопления людей			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
24.	Средства оказания первой помощи			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
25.	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
26.	Первая помощь при ожогах			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
27.	Тепловой и солнечный удар			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
28.	Обморожения и общее охлаждение организма			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
29.	Беда на воде			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
30.	Закрытые травмы			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
31.	Способы переноски пострадавших			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
32.	Правильное питание — основа здорового образа жизни			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
33.	Гигиена и культура питания			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		план	факт	
34.	Особенности подросткового возраста			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
Итого				

**7 КЛАСС (базовый уровень; 1 час в неделю, всего 34 часа)**

№	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		План	Факт	
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Происхождение и классификация землетрясений			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
3	Оценка землетрясений их последствий			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
4	Правила безопасного поведения при землетрясениях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
5	Общее понятие о вулканах			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
6	Последствия извержения вулканов. Защита населения			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
7	Оползни К			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
8	Сели			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
9	Обвалы			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>



№	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		План	Факт	
10	Снежные лавины			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
11	Последствия оползней, обвалов, снежных лавин и меры по уменьшению потерь от них			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
12	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей обвалов, снежных лавин.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
13	Происхождение ураганов бурь смерчей			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
14	Классификация ураганов бурь смерчей			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
15	Последствия ураганов бурь смерчей и меры по уменьшению ущерба от них			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
16	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов бурь смерчей			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
17	Виды наводнений			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
18	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
20	Причины и классификация цунами			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
21	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
22	Правила безопасного поведения при цунами			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

№	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		План	Факт	
23	Причины природных пожаров			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
24	Последствия природных пожаров и меры по уменьшению ущерба от них			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
25	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожаров			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
26	Эпидемии, эпизоотии, эпифитотии			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
27	Защита от инфекционных заболеваний людей животных и растений.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
28	Человек и стихия			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
29	Характер и темперамент			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
30	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
31	Правила наложения повязок			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
32	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
33	Общие правила транспортировки пострадавшего			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
34	Профилактика переутомления и содержание режима дня			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

**8 КЛАСС (базовый уровень; 1 час в неделю, всего 34 часа)**

№ урока	Тема урока	Дата проведения	ЭОР
---------	------------	-----------------	-----

		План	Факт	
1	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
3	Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
4	Общие сведения о взрыве и пожаре			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
5	Классификация пожаров			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
6	Причины пожаров и взрывов и их последствия			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
7	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
8	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
9	Пожары и паника			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
10	Виды аварий на химически опасных объектах			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
11	Аварийно химически опасные вещества и их действие на организм человека			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
12	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
13	Защита населения от аварийно химически опасных веществ			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
14	Правила безопасного поведения при авариях с выбросом АХОВ			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
15	Радиация вокруг нас			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
16	Аварии на радиационно-опасных объектах			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
17	Последствия радиационных аварий			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
18	Защита от радиационных аварий			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
19	Аварии на гидродинамически опасных объектах их причины и последствия			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
20	Защита от гидродинамических аварий			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

№ урока	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		План	Факт	
21	Автомобильные аварии и катастрофы			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
22	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
23	Состояние природной среды человека			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
24	Изменение состава атмосферы			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
25	Изменение состава гидросферы			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
26	Изменение состава суши			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
27	Нормативы предельно допустимых воздействий на природу			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
28	Первая помощь при массовых поражениях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
29	Первая помощь при поражениях аварийно химически опасными веществами			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
30	Первая помощь при бытовых отравлениях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
31	Физическая культура и закаливание			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
32	Семья в современном обществе			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
33	Правила дорожного движения			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

**9 КЛАСС (базовый уровень; 1 час в неделю, всего 34 часа)**

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		план	факт	
1	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		план	факт	
3	Международный терроризм как угроза национальной безопасности			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
4	Наркотизм и национальная безопасность			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
5	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
6	Цели, задачи и структура РСЧС			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
7	Режимы функционирования, силы и средства РСЧС			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
8	Международное гуманитарное право.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
9	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
1	Защита военнопленных и гражданского населения			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
1	Защита от мошенников			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
1	Безопасное поведение девушек			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
1	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
1	Причины травматизма и пути их предотвращения			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
1	Безопасное поведение дома и на улице			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
1	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		план	факт	
1	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
1	Травмы головы, позвоночника и спины			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
1	Экстренная реанимационная помощь			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Основные неинфекционные заболевания			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Здоровье человека			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Факторы риска во внешней среде и их влияние на здоровье человека			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Гигиена питания и воды			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Гигиена жилища и индивидуального строительства			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Физиологическое и психологическое развитие подростков			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
2	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
3	Суицидальное поведение в подростковом возрасте			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		ЭОР
		план	факт	
3	Употребление табака			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
3	Употребление алкоголя			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
3	Наркомания и токсикомания			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
3	Заболевания, передающиеся половым путем			<a href="https://resh.edu.ru/subject/23/">https://resh.edu.ru/subject/23/</a>
Итого				

**6 класс**

**Практическая работа «Оказание первой медицинской помощи пострадавшему»**

**Задание 1.** Окажите первую помощь пострадавшему с кровотечением из носа.

Условие: выполняется на манекене или статисте.

**Алгоритм выполнения задания:**

1. Удобно усадить больного, чтобы голова была выше туловища;
2. Голову пострадавшего слегка наклонить вперед;
3. Прижать крыло носа к перегородке. Перед этим ввести в носовые ходы ватные тампоны, смоченные 3% раствором перекиси водорода;
4. Приложить лед на затылок и переносицу.

**Задание 2.** Во время спортивной игры пострадавший получил вывих в голеностопном суставе. Окажите первую медицинскую помощь.

Условие: выполняется на манекене или статисте.

**Алгоритм выполнения задания:**

1. Придать неподвижность голеностопному суставу;
2. Предложить анальгин (имитировать);
3. Зафиксировать голеностопный сустав эластичным бинтом. Повязку накладывают следующим образом: делают тур вокруг нижней части голени, затем косой виток от внутренней лодыжки к подушечке мизинца стопы, виток вокруг стопы на уровне подушечек пальцев, затем косой виток от подушечки большого пальца к наружной лодыжке, опять проводят бинт вокруг голени и снова повторяют витки вокруг стопы сверху предыдущих;
4. Приложить лед;
5. Вызвать скорую помощь

**Задание 3.** Пострадавший получил обморожение руки. Образовались пузыри, наполненные кровянистым содержимым, кожа нечувствительная к раздражениям. Окажите первую медицинскую помощь.

Условие: выполняется на манекене или статисте.

**Алгоритм выполнения задания:**

1. Наложите на поражённую поверхность теплоизолирующую повязку (слой марли, толстый слой ваты, вновь слой марли, а сверху клеёнку);
2. Поражённую руку зафиксировать с помощью плотного картона (или дощечки), наложив и прибинтовывая его поверх повязки;
3. Предложить анальгин (имитировать);
4. Предложить тёплый сладкий чай;
5. Вызвать скорую помощь.

**7 класс**

**Практическая работа «Действия в чрезвычайных ситуациях»**

**Задание 1.** Вызов пожарной охраны с использованием домашнего телефона.

Условие: в помещении произошло возгорание компьютера. Необходимо вызвать пожарную охрану с помощью домашнего телефона.

**Алгоритм выполнения задания:**



1. Имитировать набор номера 01
2. Сообщить:
  - факт возникновения пожара;
  - адрес объекта (улица, № дома и квартиры);
  - место пожара (что и где горит);
  - свою фамилию, имя и отчество;
  - № телефона, откуда передается сообщение;
  - предложить свои услуги по встрече пожарной команды

**Задание 2.** Сообщение «Внимание всем!» об аварии на атомной подстанции (без эвакуации).

Условие: участник в течение нескольких минут составляет текст экстренного сообщения и озвучивается с помощью микрофона.

**Алгоритм выполнения задания:**

1. Участнику дается информация о том, что на Балаковской АЭС произошла авария и предлагается составить экстренное сообщение (без эвакуации).
2. Участник на бумаге пишет текст сообщения в течение 2 минут. С помощью микрофона сообщает экстренное сообщение.
3. Текст сообщения, написанный на бумаге сдается жюри.

Типовой текст сообщения: Внимание всем! Говорит управление по городу «Балаково» Главного управления МЧС России. Граждане! Произошла авария на Балаковской атомной электростанции. В связи с аварией на Н-Балаковской АЭС ожидается выпадение радиоактивных осадков! Населению, проживающему в населенных пунктах (перечисляются населенные пункты) необходимо находиться в помещениях. Произвести герметизацию жилых помещений и мест нахождения домашних животных. Принять йодистый препарат. Будьте внимательны к дальнейшим сообщениям.

**Задание 3.** Передача сигналов бедствия с помощью жестов (карты сигналов приложение 1).

Условие: показать жестом выбранный сигнал бедствия за контрольное время — 15 секунд.

**Алгоритм выполнения задания:**

1. Участник выбирает карточку из числа перевернутых (приложение 1) на столе со значением сигнала бедствия (в это время жюри включает секундомер);
2. Участник показывает жестом сигнал бедствия, при этом готовность жеста подтверждается словом «Готово» (в этот момент члены жюри выключают секундомер)

**Задание 4.** Приведение гражданского противогаза ГП-5 (ГП-7) в «боевое» положение.

Условие: По команде члена жюри «газы» привести противогаз в «боевое» положение.

**Алгоритм выполнения задания:**

1. задержите дыхание, закройте глаза;
2. снимите головной убор и зажмите его между коленями или положите рядом;
3. выньте противогаз из сумки, возьмите обеими руками за утолщенные края у подбородочной части шлем-маски так чтобы большие пальцы были снаружи, а остальные внутри нее;

4. приложите нижнюю часть шлем-маски под подбородок и резким движением рук вверх и назад натяните ее на голову так, чтобы не было складок, а очки пришлись против глаз;

5. устраните перекося и складки, если они образовались при надевании лицевой части, сделайте полный выдох, откройте глаза и возобновите дыхание;

6. наденьте головной убор, застегните сумку и закрепите ее на туловище, если это не было сделано ранее.

	Значение сигнала	Способ выполнения
1	Нужны продукты и вода	Сидящая на корточках фигура человека
2	Покажите наиболее лёгкий и безопасный путь движения	Сидящая на корточках фигура человека с вытянутыми вперёд руками на уровне плеч
3	Идём в этом направлении	Стоящая в полный рост фигура человека, руки вытянуты вперёд на уровне плеч в направлении движения.
4	Здесь можно совершить посадку	Стоящая в полный рост фигура человека, обе руки подняты вверх, разведены несколько в стороны.
5	Здесь садиться нельзя, опасно.	Стоящая в полный рост фигура человека, одна рука поднята вверх и несколько отведена в сторону, другая рука опущена вниз вдоль и также отведена несколько в сторону, как бы образуя букву N – «нет»
6	Нужны медикаменты	Стоящая в полный рост фигура человека, одна из рук на уровне плеч вытянута вперёд
7	Нужна радиостанция, питание к ней	Стоящая в полный рост фигура человека, руки опущены вниз и сложены крестообразно впереди туловища.

#### **8 класс Практическая работа «Безопасность и защита человека в среде обитания»**

**Тема** «Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера»

**Цель работы:** Научиться правильно, действовать в различных ситуациях криминогенного характера

**Перечень используемого материала:** Плакаты

**Время выполнения:** 60 мин.

**Задание.**

1. Из приведенных названий объектов города (поселка) выберите безопасные и опасные с криминогенной точки зрения:

А) опасные \_\_\_\_\_

Б) безопасные объекты \_\_\_\_\_

*(Оживленная магистраль, бар, ресторан, отделение милиции, пожарная часть, магазин, темная улица, подворотня, поликлиника, школа, чердаки и подвалы, пустынные скверы, пустой вагон электрички, почта, темный подъезд)*

2. Что вы примите, если все же вошли в лифт вместе с незнакомцем, вызывающим у вас подозрение. Ваши действия?

3. Заполните таблицу № 1 о действиях в указанных ситуациях.

Таблица №1.

Ситуация	Действия
Вы возвращаетесь домой поздно вечером в общественном транспорте. Что следует предпринимать в целях безопасности?	
Вы на улице с крупной сумкой денег. Где вы будите держать деньги?	
Вечером вы идете по тротуару. Рядом притормозила машина, и вас приглашают прокатиться. Что вы предпримете?	
Вы зашли в кафе. Какое место лучше занять с точки зрения безопасности?	

4. Решите ситуационные задачи:

Задача № 1. Вас обокрали ( на улице, в магазине, в транспорте). Вы успели заметить момент кражи. Перечислите последовательность ваших действий.

Задача № 2. Вы едете на курорт или в незнакомый город. Ваши действия по сохранению личной безопасности в поезде и отеле?

5. Выберите неправильный ответ: « Какое из перечисленных ниже правил не относится к общим правилам личной безопасности в криминогенных ситуациях?»

А) не ходите с незнакомым человеком в лифт

Б) не принимайте подарки и угощения от незнакомых людей

В) соблюдайте правила безопасного поведения в общественных местах и в толпе.

Г) не пользуйтесь никогда метрополитеном.

### **9 класс Практическая работа «Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности государства»**

**Цель работы:** Научиться различать индивидуальные средства защиты по их применению. Приобрести практические навыки использования средств индивидуальной защиты.

**Перечень используемого оборудования:** Противогаз общеевойсковой и гражданский ГП – 5.

**Время выполнения:** 60 мин.

#### **1. Пояснение к работе.**

##### Краткие теоретические сведения (СИЗ)

1.1. Состав и назначение средств индивидуальной защиты (СИЗ)

СИЗ предназначены для защиты людей от попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду радиоактивных и отравляющих веществ и бактериальных средств.

СИЗ подразделяются на средства защиты органов дыхания и средства защиты кожи.

*К средствам защиты органов дыхания относятся:*

- противогазы (фильтрующие и изолирующие)
- респираторы;
- противопыльные тканевые маски ПТМ -1
- ватно- марлевые повязки.

*К средствам защиты кожи относятся:*

- защитные комплекты
- комбинезоны и костюмы изготовленные из специальной прорезиненной ткани
- накидки
- резиновые сапоги и перчатки
- различные подручные средства.

По принципу защиты СИЗ делятся на: фильтрующие, изолирующие.

По способу изготовления СИЗ делятся на средства: изготовленные промышленностью; простейшие, изготовленные населением из подручных материалов.

Фильтрующие противогазы ГП-5 (ГП-5М и ГП-7В) ГП-5 предназначены для защиты человека от попадания в органы дыхания, на глаза и лицо радиоактивных, отравляющих (ОВ) и АХОВ, бактериальных средств.

ГП-7 защищает от ОВ и опасных веществ, радиоактивной пыли и бактериальных средств.

Дополнительные патроны (ДП) созданы для защиты от АХОВ хлор, сероводород, сернистый газ, соляная кислота, синильная кислота, фенол, фосин.

В зависимости от срока службы респираторы бывают одноразового применения ШБ-1 («Лепесток», «Каша», У-2К, Р-2), многоразового исправления (РПГ-67, РУ-60М).

Простейшие средства защиты органов дыхания ПТМ-1 защищают органы дыхания человека от радиоактивной пыли.

«ПОХОДЫ» положения противогаза:

- верх сумки на уровне талии, клапан застегнут.

В положение «НАГОТОВЕ» противогазы переводят в готовность по команде.

Противогазы готовы!

- сумка передвигается вперед, клапан отстегивается.

В «БОЕВОМ» положении надевается лицевая часть, по команде «ГАЗЫ!»

При переводе противогаза в «боевом» положение необходимо:

- снять головной убор;

- вынуть шлем-маску из сумки, взять обеими руками за утолщенные края у нижней части, так чтобы большие пальцы рук были с наружной стороны, а остальные внутри;

- задержать дыхание и закрыть глаза;

- подвести шлем-маску к подбородку и резким движением руки вверх и назад натянуть ее на голову так, чтобы, не было вверху складок;

- сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание;

- надеть головной убор, застегнуть сумку и закрепить ее на туловище.

Противогаз считается надетым правильно, если стекла очков лицевой части находятся против глаз, шлем-маска плотно прилегает к лицу.

Необходимость сделать сильный выдох перед открытием глаз т возобновлением дыхания после надевания противогаза объясняется тем, что надо удалить из – под маски зараженный воздух, если он туда попал в момент надевания.

При надетом противогазе следует дышать глубоко и равномерно. Если нужно бегать- темпы увеличиваются постепенно.

Противогаз снимается по команде «Противогаз снять!» Для этого надо слегка оттянуть шлем-маску вниз и движением вперед и вверх снять ее, надеть головной убор, вывернуть шлем-маску, тщательно протереть ее и уложить в сумку.

## 2. Задание.

### 2.1. Заполнить таблицу №1.

Напротив вредного вещества записать СИЗ которые предназначены защищать от ОВ, используя материал кратких теоретических сведений.

Таблица 1.

«СИЗ от веществ оказанных вредное, отравляющие воздействие на человека»

ОВ	СИЗ
	противогаз

### 2.2. Ответьте на контрольные вопросы:

А) Какой из СИЗ является наиболее универсальным?

Б) Почему необходимо сделать выдох при одевании противогаза?

В) Сколько размеров имеет противогаз?

### 2.3. Запишите Ваш размер противогаза, используя данные таблицы №2.

Таблица №2.

Определение размера маски и противогаза ГП-5.

Результат измерения	Размер
До 63,0см	0
63,5-65,5 см	1
66,0-68,0см	2
68,5-70,5см	3
+1,0 и более	4

2.4. Освоить методику одевания противогаза, используя краткие теоретические сведения.