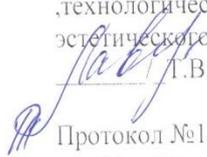


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 1 г. Дмитриева»  
Дмитриевского района Курской области

«Рассмотрено»  
МОучителей  
оздоровительного  
технологического  
эстетического цикла  
Т.В.Лавлинская/

  
Протокол №1  
от «31» августа 2021 г

«Согласовано»  
Заместитель директора по УР

 /Е.П.Гречанюк/

«\_31» августа 2021 г

«Утверждаю»  
Директор



С.А.Лагутина /

Приказ №111  
от «31» августа 2021 г

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету « ОБЖ» 5-9 класс

(основное общее образование)

Составлена по учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности»  
М.П.Фролова, А.Т.Смирнова, Б.И.Мишина.

г.Дмитриев,2021 г.

## **1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.**

Освоение курса ОБЖ построено на основе учебников ОБЖ 5-9 классов и материально технической базе и оборудования, имеющихся в «Точке роста» школы. «Точка роста» дает возможность получить практические навыки оказания первой медицинской помощи пострадавшему на уроках ОБЖ.

На окончание учебного курса ОБЖ полученные знания направлены на формирование умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе основного общего образования по ОБЖ являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по ОБЖ являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по ОБЖ являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту здорового человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять задания на практических занятиях.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по ОБЖ являются следующие умения:

— планировать занятия по ОБЖ в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— излагать факты истории развития ОБЖ, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

— представлять ОБЖ как средство сохранения и укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

— организовывать и проводить со сверстниками занятия и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

— бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— взаимодействовать со сверстниками при проведении практических занятий и соревнований;

— в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения практических действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— подавать команды;

— находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

— формировать жизненно важные навыки и умение находить выход из трудных ситуаций различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В результате изучения предмета «основы безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен знать :

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;

- правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;

- соблюдение мер пожарной безопасности в быту и на природе; о здоровом образе жизни;

- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

- о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

- основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах;
- правила поведения населения при авариях;
- классификацию АХОВ по характеру воздействия на человека;
- организацию защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах.

уметь:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
  - действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
  - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.
- использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
  - подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных;
  - оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни. Программа предполагает использование приема организации учебного материала по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия, улица и общественные места, природные условия, коммуникационные связи и каналы, объекты и учреждения культуры. Для систематизации дидактических компонентов тематических линий программа предусматривает в парадигме безопасной жизнедеятельности соблюдать цикл действий: «предвидеть опасность → по возможности ее избегать → при необходимости действовать со знанием дела». Использование практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий предполагает применение тренажерных систем и виртуальных моделей, способных отображать объекты, не воспроизводимые в обычных условиях, а также обеспечивающих электронную поддержку выданных для решения ситуационных задач, отражающих повседневную действительность, это становится возможно с учетом оборудования, которым обеспечена школа «Точка роста». Внедрение в преподавание учебного предмета «ОБЖ» современных форм электронного обучения подчинено соблюдению следующих базовых принципов: использование электронной образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным; цифровые образовательные ресурсы являются дополнительным инструментом достижения цели учебного занятия, их использование не является самоцелью; компьютер и дистанционные

образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

### **5.Содержание учебного предмета.**

Учебный курс **5 класса** рассчитан на получение первоначальных знаний в области безопасности жизнедеятельности, умению распознавать опасности и умению выходить из них.

Курс состоит из 3 основных разделов по 9 часов и блока практических занятий.

Раздел 1 программы рассчитан на закрепление обучающимися основных понятий опасных и чрезвычайных ситуаций,

личной безопасности, приобретение знаний по действиям обучающегося при различных экстремальных ситуациях. Он включает в себя следующие:

- экстренные службы (какие имеются службы, номера телефонов, единый номер 112);

-пожары, оповещение, средства пожаротушения (виды огнетушителей, применение подручных средств, способов эвакуации и оповещения населения)

- разрушение зданий, опасные газы, затопление (причины разрушения зданий, способы эвакуации, способы распознавание газов, их воздействие на человека, причины затопления жилища)

-дорожная безопасность и безопасность на воде (поведение на дороге, знание правил дорожного движения, безопасное поведение на воде)

-криминальные ситуации в доме и на улице (ситуации криминального характера, способы избегания криминальных ситуаций)

.

Раздел 2 включает:

- Экологии (бережное отношение к природе и окружающей среде. Знания своей ответственности защиты природы).

- Загрязнение воды (причины загрязнение воды, способы защиты ресурсов);

- Загрязнение земли (причины загрязнение земли, способы защиты ресурсов);

- Загрязнение воздуха(причины загрязнение воздуха, способы защиты ресурсов);

Раздел 3 содержит:

- первой медицинской помощи (помощь пострадавшему, принципы оказания первой помощи и самопомощи) ;
- раны ( виды ран , способы распознавания видов ран);
- кровотечения (виды кровотечений, способы остановки крови);
- ожоги ( степени ожогов, оказание помощи);
- оказание помощи себе или пострадавшему.

Курс **6 класса** состоит из 3 основных разделов по 20,10 часов и блока из 4 практических занятий.

Раздел I. Безопасность в опасных и экстремальных природных условиях (20 часов)

Экстремальная ситуация в природе и первоочерёдные действия человека, попавшего в неё (3 часа)

Занятие 1 (1 час) Опасные экстремальные ситуации. Что к ним приводит?

Познакомиться с опасными и экстремальными природными условиями, которые подстерегают человека не только в ЭС, но и в повседневной жизни. Рассмотреть, что собой представляет опасная и экстремальная ситуация. Пути их нейтрализации.

Занятие 2 (1 час) Как подготовиться к путешествию, чтобы избежать опасных ситуаций.

Разобрать, какие факторы являются потенциально опасными в путешествии. Познакомиться с ними отдельно. Знать, что собой представляет носимый аварийный запас (НАЗ). Как осуществляется его укомплектование.

Занятие 3 (1 час) Причины, мешающие успешно справиться с ЭС.

Понять, какие причины могут помешать успешно справиться с экстремальной ситуацией. Разобрать физическое и психологическое состояние человека, которое может возникнуть в ЭС.

Пребывание человека в различных климатических условиях (2 часа)

Занятие 4 (1 час) Влияние климата на человека.

Знать, что такое климат. Понимать от чего зависят климатические условия той или иной местности. Рассмотреть понятие акклиматизации в различных условиях.

Занятие 5 (1 час) Общие правила успешной акклиматизации.

Познакомиться с общими правилами акклиматизации в различной местности. А так же знать как себя вести в сложившейся ЭС или в повседневной жизни.

## Способы выживания человека в условиях автономного существования в природной среде (15 часов)

Занятие 6 (1 час) Если ты отстал от группы.

Рассмотреть все возможные ситуации, которые могут привести к отставанию от группы. Учесть время года, в которое происходит данная ЭС.

Занятие 7 (1 час) Если ты заблудился в лесу.

Познакомиться со всеми причинами возникновения ЭС, которые рассматривает тема "Если ты заблудился в лесу". Рассмотреть источники звуков, которые могут помочь выйти к людям. Использовать все средства для нейтрализации данной ЭС.

Занятие 8 (1 час) Авария транспортного средства в безлюдной местности.

Рассмотреть конкретные ситуации, причины и возникновения аварии ТС в безлюдной местности. Правила выхода к людям в сложившейся ЭС. Привал на месте аварии ТС в безлюдной местности при условии, что есть раненые

Занятие 9 (1 час) Способы подачи сигналов бедствия.

Познакомиться с понятием "сигнал бедствия". Разобрать при помощи каких действий можно подать сигналы бедствия. Средства подачи сигналов бедствия. Учесть времена года для подачи сигналов бедствия.

Занятие 10 (1 час) Ориентирование по компасу.

Познакомиться с понятием "ориентирование". Знать стороны света. Разобрать устройство компаса. Что такое "азимут"? Правила осуществления ориентирования по компасу в повседневной жизни и в ЭС.

Занятие 11 (1 час) Ориентирование по солнцу, луне и звёздам.

Разобрать как осуществляется ориентирование по небесным светилам. Понятия "местное время" и "астрономический полдень". Гномон и его устройство. При ориентировании по небесным светилам учитывать стороны света.

Занятие 12 (1 час) Ориентирование по местным признакам.

Знать, что собой представляет ориентирование по местным признакам. Что понимается под местными признаками. Учитывать особенности той или иной местности.

Занятие 13 (1 час) Как находить дорогу к жилью.

Знать, как в сложившейся ЭС находить дорогу к жилью. Какие особенности нужно учитывать, чтобы не заблудиться ещё сильнее. Понятие "сакма". Разобрать, что может послужить правильному нахождению дорогу к жилью.

Занятие 14 (1 час) Устройство временных укрытий.

Что такое временное укрытие? Выбор места для временного укрытия. Виды временных укрытий. Постройка временных укрытий. Понятие "вигвам" и "лапник".

Занятие 15 (1 час) Добывание огня, разведение костра.

Способы добывания огня и разведения костра. Правильный выбор места для разведения костра. Типы костров, очаги. Сохранение огня.

Занятие 16 (1 час) Обеспечение бытовых потребностей.

Научиться обеспечивать себя бытовыми потребностями в повседневной жизни и в ЭС. Изготовление ножа, ложки, посуды и приспособлений для приготовления пищи.

Занятие 17 (1 час) Обеспечение водой.

Научиться компенсировать потерю воды организмом. Поиск и добывание воды. Знать средний суточный запас воды для человека.

Занятие 18 (1 час) Организация питания.

Знать общие принципы организации питания. Что собой представляет растительная пища? Как выглядят нетрадиционные виды пищи. Добывание пищи охотой и рыбалкой. Способы приготовления добытой пищи.

Занятие 19 (1 час) Личная гигиена, уход за одеждой и обувью.

Знать, что собой представляет личная гигиена. Соблюдение правил личной гигиены в повседневной жизни и в ЭС. Рассмотреть, что представляет собой уход за одеждой и обувью в повседневной жизни и в ЭС.

Занятие 20 (1 час) Возможные опасности в пути и меры по их предупреждению.

Знать как себя вести при встрече с опасными животными. Рассмотреть опасности при переправах через реки, передвижению по болотам. Познакомиться с опасностями при движении в горах. Понятие "лавины" и "обвал".

## Раздел II. Основы медицинских знаний (10 часов)

Занятие 21 (1 час) Общие принципы оказания самопомощи.

Что представляет собой оказание самопомощи? Оказание ПП в экстремальной ситуации и повседневной жизни. Понятие "первая помощь".

Занятие 22 (1 час) Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему.

Знать, что необходимо сделать при оказании ПП пострадавшему, попавшему в ЭС или в повседневной жизни.

Занятие 23 (1 час) Аптечка, природные лекарственные средства.

Понятие "аптечка". Правила пользования аптечкой. Добыча природных лекарственных средств (ПЛС) в повседневной жизни и в ЭС.

Занятие 24 (1 час) Потёртости и мозоли. Ссадины и порезы.

Знать, что такое потёртости, мозоли, ссадины и порезы. Как избежать всего этого? Понятие "рана", "порез". Оказание ПП себе или пострадавшему в повседневной жизни или в ЭС.

Занятие 25 (1 час) Закрытые травмы.

Классификация травм. Что представляют собой ушибы, растяжение и разрывы связок, вывихи, сдавливание и переломы. Оказание ПП в ЭС и в повседневной жизни.

Занятие 26 (1 час) Опасные животные.

Классификация опасных животных. Укусы насекомых и паукообразных. Укусы змей. Укусы бешеных животных. Правила оказания ПП в ЭС и в повседневной жизни.

Занятие 27 (1 час) Отравления.

Классификация отравлений. Пищевые отравления. Что к ним приводит? Понятие "отравление". Оказание ПП в ЭС и в повседневной жизни.

Занятие 28 (1 час) Первая помощь утопающему. Основные приёмы оживления - реанимации.

Как осуществляется ПП утопающему? Причины их возникновения. Понятие "реанимация".

Занятие 29 (1 час) Тепловые и солнечные удары, обморожение.

Знать как избежать теплового и солнечного удара, в том числе и обморожения. Понятия "тепловой удар", "солнечный удар", "обморок", "обморожение". Оказание ПП пострадавшему в ЭС и в повседневной жизни.

Занятие 30 (1 час) Перенос пострадавшего без носилок.

Уметь осуществлять перенос пострадавшего без носилок. Знать основные приёмы переноса пострадавшего. "Перетаскивание", "перенос на спине", "Живой костыль", "метод люльки", способ "замок" и др.

Занятие 31 (1 час) Ориентирование по солнцу и часам.

Уметь ориентироваться по солнцу и часам в повседневной жизни и в ЭС, учитывая время суток.

Занятие 32 (1 час) Вязка узлов.

Знать как осуществляется вязка узлов. Виды узлов. Уметь применять полученные знания на практике и принимать обоснованные решения не только в повседневной жизни, но и в ЭС.

Занятие 33 (1 час) Правила пользования противогазом. Правила пользования неисправным противогазом.

Знать, что такое противогаз. Классификация. Уметь определять неисправность противогаза. Правила пользования противогаза в повседневной жизни и в ЭС.

Занятие 34 Одевание противогаза. Помощь при кровотечениях, ожогах и учить умению оказать помощь себе или пострадавшему. Занятие

35. Подведение итогов.

Учебный курс **7 класса** рассчитан на дальнейшее закрепление знаний в области безопасности жизнедеятельности, умению распознавать опасности и способам выхода из них, изучение чрезвычайных ситуаций природного характера. оказание первой медицинской помощи, формирование взаимоотношений подростков. Курс состоит из 3 основных разделов по 22 и 6 часов и блока из 6 практических занятий.

Раздел I. Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека (22 часа)

Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий (20 часов)

Занятие 1 (1 час) Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Что собой представляет единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Знать что собой представляет ЧС природного происхождения. Классификация опасных природных явлений. Понятие "ЧС".

Занятие 2 (1 час) Наводнения и причины их возникновения.

Знать, что собой представляет наводнение. Причины их возникновения. Классификация наводнений. Известные факты о наводнениях на территории РФ. Понятия "наводнение", "половодье", "паводок", "затор", "зажор", "ветровой нагон". Наводнения при прорывах плотин.

Занятие 3 (1 час) Поражающие факторы наводнений и их последствия.

Знать что относится к поражающим факторам наводнения. Рассмотреть первичные и вторичные факторы возникновения наводнения. Понятия "затопление" и "подтопление". Экономические факторы наводнений.

Занятие 4 (1 час) Рекомендации по защите от наводнений. Действия населения при угрозе и во время наводнений.

Знать какие мероприятия проводятся по защите населения от наводнения. План действий при угрозе или во время наводнения. НАЗ при эвакуации из зоны наводнения. Прогнозы наводнений.

Занятие 5 (1 час) Происхождение ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения. Познакомиться с причинами возникновения опасных метеорологических явлений (ОМЯ). Шкала Бофорта. Понятия "ветер", "буря", "ураган", "циклон" и "антициклон", "тайфун", "смерч".

Занятие 6 (1 час) Правила поведения при бурях, смерчах и ураганах.

Познакомиться с поражающими факторами ОМЯ. Рассмотреть первичные и вторичные поражающие факторы возникновения ОМЯ. Понятие "снежная буря".

Рассмотреть в каких целях проводятся предупредительные мероприятия по защите от ОМЯ. Разобрать, что относится к оперативным защитным мероприятиям. Рассмотреть действия населения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.

Занятие 7 (1 час) Землетрясения. Происхождение.

Выяснить что такое землетрясение. Виды землетрясения. Причины их возникновения. Сейсмограф. Основные характеристики землетрясения. Магнитуда. Шкала землетрясений. Зафиксированные факты землетрясения. Понятия "землетрясение", "очаг землетрясения", "сейсмические области".

Занятие 8 (1 час) Познакомиться с поражающими факторами землетрясения и их последствиями. Первичные и вторичные факторы землетрясения.

Занятие 9 (1 час) Мероприятия по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения.

Заблаговременные меры предотвращения землетрясения. Познакомиться с мероприятиями по защите населения от землетрясений, а также с действиями населения при угрозе и во время землетрясения.

Занятие 10 (1 час) Цунами и причины их возникновения.

Знать что такое цунами. От чего оно зависит. Познакомиться с причинами их возникновения. Последствия от цунами. Наиболее крупные зафиксированные цунами. Оценка силы цунами. Понятие "цунами".

Занятие 11 (1 час) Мероприятия по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время цунами.

Знать какие мероприятия проводятся по защите от цунами. Необходимые действия населения при угрозе и во время цунами.

Занятие 12 (1 час) Обвалы, оползни, сели и причины их возникновения. Знать что собой представляют обвалы, оползни и сели. Причины их возникновения. Последствия оползней, обвалов и селей. Характеристика обвалов и оползней по мощности и по масштабу. Понятия "обвал", "оползень", "сель", "водокаменный и грязекаменный сель", "сейсмосели", "лахары".

Занятие 13 (1 час) Мероприятия по защите от опасных геологических явлений. Действия населения при угрозе возникновения обвалов, оползней и селей и во время их проявления.

Знать, что относится к основным мероприятиям по защите населения от ОГЯ. Действия населения при угрозе и во время ОГЯ. НАЗ при эвакуации населения в безопасную зону.

Занятие 14 (1 час) Мероприятия по защите от геологических явлений.

Знать основные поражающие факторы ОГЯ и причины их возникновения. Первичные и вторичные факторы возникновения ОГЯ. Последствия ОГЯ. Деятельность человека.

Занятие 15(1 час) Повторение по темам «Землетрясения, обвалы и оползни»

Занятие 16 (1 час) Повторение по темам «Наводнение, сели, цунами»

Занятие 17 (1 час) Лесные и торфяные пожары и причины их возникновения.

Знать что относится к природным пожарам. Понятие "пожар". Классификация природных пожаров. Характеристика различных типов лесных и природных пожаров. Последствия. Понятия "лесной пожар", "низовой пожар", "верховой пожар", "подземный пожар".

Занятие 18 (1 час) Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров и их последствия.

Знать поражающие факторы лесных и торфяных пожаров. Последствия этих пожаров. Первичные и вторичные факторы возникновения лесных и торфяных пожаров. Деятельность человека.

Занятие 19 (1 час) Мероприятия по защите от природных пожаров. Действия населения при угрозе и во время возникновения пожаров.

Рассмотреть основные мероприятия по защите от природных пожаров. Какие действия необходимо принимать населению при угрозе и вовремя возникновения пожаров. Эвакуация.

Занятие 20 (1 час) Общие рекомендации учащимся по поведению при опасных явлениях природы. Рассмотреть правила поведения учащихся при опасных явлениях природы. Примерами служат : снежная буря, гололедица, как избежать падения, поражение молнией.

Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека (2 часа)

Занятие 21 (1 час) Основы безопасности поведения в толпе, паника.

Знать основы безопасности поведения в толпе. Что такое паника и как её предотвратить. Оценка ЭС. Понятие " паника".

Терроризм и безопасность человека.

Знать что представляет собой терроризм. Места совершения террористических актов. Покушение и убийство. Захват транспортных средств. Захват зданий. Понятия "терроризм", "диверсия".

Занятие 22(1 час) Дорожное движение и безопасность человека Знать что собой представляет дорога. Рассмотреть, что является проезжей частью. Знать что такое обочина. Учитывать особенности проезжей части (движение может быть односторонним и двусторонним). Знать, как выглядит тротуар. Понятия "дорога", "обочина", "ОД и ДД", "тротуар".

Участники дорожного движения. Дорожно - транспортное происшествие.

Рассмотреть кто является участниками дорожного движения. Пешеход как участник дорожного движения. Его обязанности. Какие автомобили являются специальными. Классификация ТС. Понятия "ДТП", "пешеход", "пешеходный переход", "регулирующий".

Раздел II. Основы здорового образа жизни. Оказание первой помощи (5 часов)

Занятие 23 (1 час) Первоначальная обработка раны. Правила наложения повязок.

Рассмотреть и узнать, как осуществляется первоначальная обработка раны. Соблюдать правила наложения повязок в повседневной жизни и в ЭС. Понятие "рана".

Занятие 24 (1 час) Первая помощь при переломах.

Знать основные правила первой помощи при различных травмах (в особенности при переломах) в повседневной жизни и в ЭС. Наложение шины. Уметь использовать приобретённые знания на практике.

Занятие 25 (1 час) Тепловые и солнечные удары, обморожение.

Знать как избежать теплового и солнечного удара, в том числе и обморожения. Понятия "тепловой удар", "солнечный удар", "обморок", "обморожение". Оказание ПП пострадавшему в ЭС и в повседневной жизни.

Занятие 26 (1 час) Основы здорового образа жизни

Человек и его здоровье. Знать основы здорового образа жизни. Сбалансированное и рациональное питание. Физическая подготовка. Отказ от вредных привычек.

Занятие 27 (1 час) Факторы, разрушающие здоровье.

Знать что является факторами, разрушающими здоровье человека. На что необходимо обратить пристальное внимание, чтобы оставаться здоровым. Понятия "привычка" и "вредная привычка". Влияние внешних и внутренних факторов на здоровье человека.

Занятие 28(1 час) Формирование взаимоотношений подростков.

Практические занятия (6 часа)

Занятие 29 (1 час) Отработка норматива по наложению повязки.

Ознакомиться с нормативами по наложению повязки и овладеть необходимыми знаниями в данной области для оказания ПП пострадавшему в повседневной жизни и в ЭС.

Занятие 30 (1 час) Отработка норматива по наложению жгута и шины.

Ознакомиться с нормативами по наложению жгута и шины. Овладеть необходимыми знаниями в данной области для оказания ПП пострадавшему в повседневной жизни и в ЭС.

Занятие 31 (1 час) Сдача нормативов по наложению повязки, жгута и шины.

Успешно сдать нормативы по наложению повязки, жгута и шины. Использовать свои знания для оказания ПП пострадавшему в ЭС и в повседневной жизни.

Занятие 32 (1 час) Перенос пострадавших на носилках.

Научиться переносить пострадавших на носилках для оказания ПП в ЭС и в повседневной жизни

Занятие 33 (1 час) Отработка правильности вязания узлов

Занятие 34 (1 час) Сдача зачета по вязке узлов.

Научиться вязать узлы и пользоваться в повседневной жизни.

Занятие 35. Подведение итогов.

Структурно программа курса **8 класса** состоит из трех основных разделов: безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного характера, основы медицинских знаний, основы здорового образа жизни, практических занятий. Актуальность данной программы обусловлена тем, что в последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России, а современную школу стали называть «школой болезней».

Раздел 1. Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера.  
Безопасность и защита человека (27 часов)

Основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера (3 часа).

Занятие 1 (1 час) Аварии, катастрофы, чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Рассмотреть аварии, катастрофы, чрезвычайные ситуации техногенного характера. Познакомиться с классификацией ЧС по масштабу распространения и тяжести последствий. Понятия "производственная авария", "авария техногенного характера", "катастрофа".

Занятие 2 (1 час) Источники ЧС техногенного характера и их последствия.

Выяснить источники ЧС техногенного характера. Рассмотреть последствия ЧС техногенного характера.

Занятие 3 (1 час) Основные причины и стадии развития техногенных происшествий.

Рассмотреть основные стадии возникновения техногенных происшествий. Выявить причины возникновения ЧС техногенного характера.

Пожары и взрывы (5 часов).

Занятие 4 (1 час) Пожары.

Познакомиться с понятием "пожар". Источники воспламенения. Рассмотреть причины возникновения пожаров. Поражающие факторы возникновения пожаров. Понятия "горение", "отдельные пожары", "массовые пожары", "огненный шторм". Способы ликвидации пожаров.

Занятие 5 (1 час) Взрывы. Выяснить что такое взрыв. Причины возникновения взрывов. Признаки наличия взрывных устройств (ВУ). Возможные места установки взрывных устройств (ВУ). Понятие, "взрыв", "взрывоопасный объект".

Занятие 6 (1 час) Условия и причины возникновения пожаров и взрывов.

Рассмотреть наиболее частые причины и условия возникновения пожаров и взрывов. Выявить наиболее частые причины перерастания возгорания в крупный пожар.

Занятие 7 (1 час) Последствия пожаров и взрывов.

Рассмотреть основные поражающие факторы пожара (первичные и вторичные). Рассмотреть основные поражающие факторы взрыва (первичные и вторичные).

Занятие 8 (1 час) Правила безопасного поведения при пожарах и угрозе взрывов.

Рассмотреть ряд правил безопасного поведения при пожарах и угрозе взрывов. Использование лифта при пожаре и взрыве. Соблюдать основные правила для спасения жизни в ЧС, вызванной пожаром или взрывом.

Аварии с выбросом опасных химических веществ (5 часов).

Занятие 9 (1 час) Опасные химические вещества и объекты.

Рассмотреть химически опасные объекты на территории РФ. Их количество. Отравляющие химические вещества. Источники химического заражения. Понятия "химически опасный объект (ХОО)", "аварийно - химически опасные вещества (АХОВ)".

Занятие 10 (1 час) Характеристика АХОВ и их поражающих факторов.

Рассмотреть основные показатели АХОВ для их характеристики и распознавания. АХОВ по степени опасности для человека. Классификация АХОВ по характеру воздействия на человека.

Занятие 11 (1 час) Причины и последствия аварий на химически опасных объектах (ХОО).

Знать основные причины аварий на ХОО. Последствия аварий на ХОО. Ликвидация последствий аварий на ХОО. Понятия "зона химического поражения", "инверсия", "изотермия", "конвекция".

Занятие 12 (1 час) Правила поведения и защитные меры при авариях на ХОО.

Рассмотреть правила поведения при авариях на ХОО. Познакомиться с защитными мерами при авариях на ХОО. Соблюдение правил движения по заражённой местности. Понятие "средства индивидуальной защиты (СИЗ)".

Занятие 13 (1 час) Первая помощь пострадавшим от АХОВ.

Рассмотреть оказание ПП пострадавшему от АХОВ. Оказание ПП пострадавшему от ожогов кислотой, а так же от ожогов кислотой слизистой оболочки рта, от ожогов кожи щелочами и др. ГП - 7.

Аварии с выбросом радиоактивных веществ (4 часа).

Занятие 14 (1 час) Радиоактивность и радиационно- опасные объекты (РОО).

Познакомиться с понятием радиоактивность. Сущность радиоактивности. Радиационно- опасные объекты РФ. Зона радиоактивности. Понятия "РОО", "радиационная авария".

Занятие 15 (1 час) Ионизирующее излучение : природа, единица измерения, биологические эффекты.

Знать характеристику основных видов ионизирующего излучения и приёмы защиты от них. Последствия облучения человека ионизирующим излучением. Смертность. Биологическое действие радиации на организм человека. Понятия "ионизирующее излучение", "доза излучения", "мощность дозы".

Занятие 16 (1 час) Характеристика очагов поражения при радиационных авариях и принципы защиты.

Уяснить характеристику очагов поражения при радиационных авариях. Территории, поражённые радиацией. Последствия. Рассмотреть зоны различной опасности при аварии на РОО.

Занятие 17 (1 час) Правила поведения и действия населения при радиационных авариях и радиоактивном загрязнении местности.

Рассмотреть правила поведения и действия населения при аварии на РОО. Характерные особенности загрязнённой местности от радиации. Использование СИЗ при аварии на РОО. Голосовое оповещение об аварии на РОО.

#### Гидродинамические аварии (4 часа).

Занятие 18 (1 час) Гидродинамические аварии и гидродинамические сооружения.

Рассмотреть причины возникновения аварий на гидродинамических сооружениях. Познакомиться с устройством гидродинамических сооружений. Понятия "гидродинамическая авария", "плотина", "бьеф".

Занятие 19 (1 час) Причины и виды гидродинамических аварий.

Знать причины возникновения и виды гидродинамических аварий на ГТС. Познакомиться с понятиями "напорный фронт", "прорыв плотины", "проран", "волна прорыва", "катастрофическое затопление".

Занятие 20 (1 час) Последствия гидродинамических аварий.

Рассмотреть первичные и вторичные поражающие факторы аварий на ГТС. Знать, что является остаточными факторами затопления на ГТС. Саяно-Шушенская ГЭС.

Занятие 21 (1 час) Меры по защите населения от последствий гидродинамической аварии. Правила поведения при угрозе и во время гидродинамических аварий.

Выявить правильные действия населения при внезапном подъёме воды в результате аварии на ГТС. Знать основные правила поведения при угрозе и во время гидродинамических аварий. Голосовое оповещение. Эвакуация.

Нарушение экологического равновесия (6 часов).

Занятие 22 (1 час) Экология и экологическая безопасность.

Рассмотреть термин "экология". Экологическое состояние планеты Земля. Глобальные проблемы экологии. Природные и техногенные экологические катастрофы. Понятия "экологическая безопасность", "экологическая катастрофа".

Занятие 23 (1 час) Биосфера и человек.

Рассмотреть понятие "биосфера". Деятельность человека, оказывающая непосредственное влияние на биосферу. 4 вида загрязнения биосферы. Понятие "мутагенез".

Занятие 24 (1 час) Загрязнение атмосферы.

Понятие "атмосфера". Что собой представляет озоновый слой. Человеческий фактор, влияющий на загрязнение атмосферы. Источники загрязнения атмосферы.

Занятие 25 (1 час) Загрязнение почв.

Рассмотреть виды почв. Выяснить за счёт чего осуществляется их загрязнение. Привести примеры. Человеческий фактор, влияющий на загрязнение почв.

Занятие 26 (1 час) Загрязнение природных вод.

Рассмотреть, что оказывает непосредственное влияние на загрязнение природных вод. Привести свои примеры. Человеческий фактор, влияющий на загрязнение природных вод.

Занятие 27 (1 час) Предельно доступные концентрации загрязняющих веществ. Характеристика экологической обстановки в России. Рассмотреть ПДК загрязняющих веществ. Выяснить экологическую обстановку в России. На что необходимо обратить внимание, чтобы предотвратить ЭЭ.

Раздел 2. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасности поведения (3 часа)

Занятие 28 (1 час) Правила для велосипедистов.

Ознакомиться и запомнить основные правила при движении на велосипеде. Уход за велосипедом. Дополнительные требования к велосипеду. Происхождение слова "велосипед".

Занятие 29 (1 час) Мотовелосипед и мопед. Мотоцикл. Правила пользования и движения.

Рассмотреть понятие "мотовелосипед", "мопед" и "мотоцикл". Усвоить правила пользования и правила дорожного движения на каждом из приведённых видов транспорта.

Занятие 30 (1 час) Водитель - главный участник дорожного движения.

Рассмотреть правила дорожного движения (ПДД) и ознакомиться с основными характеристиками.

Практические занятия (4 часа).

Занятие 31 (1 час) Правило поведение при отравлении ОВ.

Ознакомиться с правилами пользования СИЗ. Соблюдая все нормы и правила постараться оказать самопомощь либо ПП пострадавшему в результате отравления ОВ. Эвакуация.

Занятие 32 (1 час) Правила поведения при поражении РВ.

Вспомнить, что собой представляет "радиация". Принципы распространения. План эвакуации из заражённой местности. Оказание ПП пострадавшему в результате заражения от РВ.

Занятие 33 (1 час) Оказание помощи при техногенных авариях.

Из пройденного курса по ОБЖ вспомнить основные правила оказания ПП пострадавшему от техногенной аварии. Вынос пострадавшего из поражённой местности .

Занятие 34 (1 час) Безносилочный перенос пострадавших.

Уметь осуществлять перенос пострадавшего без носилок. Знать основные приёмы переноса пострадавшего. "Перетаскивание", "перенос на спине", "Живой костыль", "метод люльки", способ "замок" и др.

Занятие 35. Подведение итогов.

Программа курса **9 класса** состоит из четырех основных разделов: безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; защита населения от ЧС в мирное и военное время; основы медицинских знаний, основы здорового образа жизни и практические занятия. Актуальность данной программы обусловлена тем, что в последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России, что не дает возможности подготовить подрастающее поколение к службе в армии и

трудовой деятельности, а так же необходимости разбираться в мировой политике, умению противостоять современным вызовам и соблазнам.

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (21 часов)

Национальная безопасность России в современном мире (5 часов)

Занятие 1 (1 час) Современный мир и Россия.

Рассмотреть положение России в мировом сообществе. Что представляет собой национальная безопасность (НБ). Понятие "глобализация".

Занятие 2 (1 час) Национальные интересы России.

Выяснить, что входит в национальные интересы России. Рассмотреть повышение качества жизни российских граждан. Какое внимание оказывается здоровью населения и здравоохранению, культуре и экологии.

Занятие 3 (1 час) Угрозы национальным интересам России и пути обеспечения её безопасности.

Рассмотреть, что входит в национальную оборону (НО) России. Органы государственной и общественной безопасности. Решения задач обеспечения национальной безопасности (НО) в ЧС мирного и военного времени.

Занятие 4 (1 час) Влияние безопасности жизнедеятельности на нац. безопасность.

Выяснить за счёт чего организуется оборона Российской Федерации. Конституция РФ. Военная обязанность. Создание формирований, имеющих военную организацию. Вооружённые Силы Российской Федерации. Понятия "ВСРФ", "военное положение".

Занятие 5-7 (3 час) ЧС и их классификация

Организация защиты населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера(7 часов)

Занятие 8 (1 час) Угрозы военной безопасности России.

Занятие 9 (1 час) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи.

Рассмотреть, что представляет собой РСЧС. Основные задачи и структура РСЧС. Режимы функционирования РСЧС.

Занятие 10 (1 час) Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.

Что представляет собой гражданская оборона (ГО). Система ГО. Основные задачи ГО РФ.

Занятие 11 (1 час) МЧС России - федеральный уполномоченный орган в сфере гражданской обороны (ГО) и ЧС. История образования МЧС России. Министр ГО и ЧС РФ. Основные задачи и функции МЧС России. Рассмотреть некоторые примеры проведения спасательных операций МЧС РФ.

Занятие 12 (1 час) Мониторинг и прогнозирование ЧС.

Понятие "мониторинг. Виды и задачи мониторинга. Необходимый контроль во избежание ЧС.

Занятие 13 (1 час) Инженерная защита населения .

Знать, что собой представляет защитное сооружение. Виды защитных сооружений. НАЗ и СИЗ. Понятия "ЗС", "ПРУ", "рассредоточение", "эвакуация".

Занятие 14 (1 час) Оповещение и эвакуация населения.

Занятие 15 (1 час) Аварийно-спасательные работы.

Занятие 16 (1 час) Международный терроризм. Виды терроризма .

Рассмотреть направления терроризма. Одно из них - политический терроризм. Субъекты терроризма. Места проведения террористических актов.

Занятие 17 (1 час) Основные нормативные и правовые основы по противодействию терроризму и экстремизму.

Познакомиться с законодательными, нормативными и правовыми основами обеспечения безопасности. Постановления и законы РФ.

Занятие 18 (1 час) Нормативные и правовые основы по противодействию наркотизму.

Познакомиться с законодательными, нормативными и правовыми основами обеспечения безопасности. Постановления и законы РФ.

Занятие 19 (1 час) Основы по противодействию терроризму и наркотизму в РФ.

Занятие 20 (1 час) Правила поведения при угрозе теракта.

Что собой представляет терроризм. Группировки террористов. Способы борьбы с террором. Рассмотреть, как действовать, если вас захватили в заложники. Понятие "терроризм".

Занятие 21 (1 час) Профилактика наркозависимости.

Раздел 2. Основы формирования здорового образа жизни (7 часов)

Занятие 22 (1 час) Здоровье человека- ценность.

Познакомиться с понятием "здоровье". Духовное и физическое здоровье человека. Критерии оценки состояния здоровья человека.

Занятие 23(1 час) Здоровый образ жизни и его составляющие.

Что собой представляет табакокурение. Вред табакокурения. Смолы, никотин, токсичные газы. Заболевания, вызванные чрезмерным табакокурением. Вред от пассивного курения. ПП при отравлении табаком.

Рассмотреть какой вред наносит употребление алкоголя. Виды алкогольных напитков. Фактор смертности от алкогольной зависимости. ПМП при отравлении алкоголем. Что представляют собой наркотические средства. Болезни, развивающиеся в организме, при употреблении наркотиков. Фактор смертности. ПП при отравлении наркотическими средствами.

Занятие 24 (1 час) Репродуктивное здоровье и нац. Безопасность России.

Занятие 25 (1 час) Ранние половые связи. Инфекции передаваемые половым путем.

Понятие о ВИЧ и СПИДе.

Занятие 26 (1 час) Брак и семья.

Занятие 27 (1 час)Первая помощь при массовых поражениях.

. Применить полученные знания на практике из всего курса ОБЖ, начиная с 6 класса. Строго соблюдать правила реанимации, переноса пострадавшего без носилок и др.

Помощь при передозировке психоактивных веществ.

Занятие 28(1 час) Повторение по темам: «Противодействие терроризму и наркотизму в РФ». Повторение по темам: «ЧС и защита населения».

Практические занятия (6 часа)

Занятие 29-30 (2 час) Отработка по пользованию средствами индивидуальной защиты.

Ознакомиться с правилами пользования СИЗ и приступить к отработке.

Занятие 31-33 (3 час) Отработка правильности проведения реанимации.

Вспомнить понятие "реанимация". Какими действиями сопровождается реанимация пострадавшего. Приступить к отработке проведения реанимации.

Занятие 34 (1 час) Вынос пострадавших из зоны заражения.

Рассмотреть как правильно осуществляется вынос пострадавших из зоны поражения. Плавно приступить к отработке.

Занятие 35.Подведение итогов.

### **3.Тематическое планирование.**

#### **5 класс**

№	Раздел, тема урока	Кол-во часов	В том числе контрольные, творческие работы
1	Зачем мы изучаем ОБЖ.	1	
2	Система органов человека.	8	
3	Чистота залог здоровья.	4	
4	Компьютер и здоровье.	4	
5	Дела домашние - техника безопасности.	3	
6	Правила дорожного движения	7	
7	Правила поведения.	2	
8	Помощь пострадавшему и медицина.	6	
	Итого:	35	

#### **6 класс**

№	Раздел, тема урока	Количество часов	В том числе контрольные, творческие работы
1	Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним приводит. Как подготовиться к путешествию.	1	
2	Причины, мешающие справиться с экстремальной ситуацией.	1	
3	Влияние климата на человека.	1	
4	Если человек отстал от группы. Если человек заблудился в лесу.		
5	Аварии на транспорте в безлюдном месте.	1	
6	Способы подачи сигналов.		
7	Ориентирование по компасу.	1	
8	Ориентирование по небесным светилам.	1	
9	Ориентирование на местным признакам.		
10	Как находить дорогу к жилищу.	1	
11	Устройство временных укрытий.	1	
12	Добыча огня, разведение костра.	1	
13	Обеспечение бытовых потребностей.	1	
14	Обеспечение водой	1	
15	Организация питания.	1	
16	Личная гигиена, уход за обувью и одеждой.	1	
17	Как вести себя при встречи с опасными животными.	1	
18	Общие принципы оказания помощи и самопомощи.	1	
19	Помощь и самопомощь. Природная аптека.	1	
20	Потертости мозоли, ссадины, порезы.	1	

21	Закрытые травмы.	1	
22	Помощь при укусах насекомых и ядовитых змей.		
23	Отравления.		
24	Первая медицинская помощь утопающему	1	
25	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе. Обморожения.	1	
26	Заболевание глаз. Удаление инородных тел из глаз, уха, носа	1	
27	Советы при экстремальных ситуациях.	1	
28	Практическое ориентирование по компасу, солнцу и часам.	1	
29	Переноска пострадавшего без носилок.	1	
30	Вязка узлов.	1	
31	Вязка узлов.	1	
32	Правила пользования противогазом.	1	
33	Одевание средств индивидуальной защиты.	1	
		1	
34	Одевание противогаза на пострадавшего.	1	
35	Подведение итогов.	1	

### 7 класс

№	Раздел, тема урока	Всего часов	В том числе контрольные, творческие работы
1	. ЧС природного характера. РСЧС.	1	
2	Наводнения. Причины их возникновения..	1	
3	Поражающие факторы наводнения и их последствия.	1	
4	Рекомендации населению во время наводнения.	1	
5	Происхождение бури, смерчей, ураганов.	1	
6	Правила поведения при бурях, смерчах, ураганах.	1	
7	Землетрясения и причины их возникновения.		
8	Мероприятия по защите населения от землетрясений.		

9	Поражающие факторы землетрясений .		
10	Правила поведения при землетрясениях.	1	
11	Цунами, причина их возникновения.	1	
12	Мероприятия по защите населения от цунами.	1	
13	Обвалы, оползни, сели и причины их возникновения.	1	
14	Мероприятия по защите от геологических явлений.	1	
15	Повторение по темам «Наводнение, сель, цунами»	1	
16	Повторения по темам «Землетрясения, обвалы и оползни.	1	
17	Виды лесных пожаров.	1	
18	Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров.	1	
19	Мероприятия по защите населения от лесных пожаров	1	
20	Меры безопасности при опасных явлениях природы.	1	
21	Безопасное поведение в толпе. Терроризм.	1	
22	Дорожное движение и безопасность человека..	1	
	Медицина.		
23	Общие правила оказания ПМП, помощь при ранениях.	1	
24	ПМП при переломах.	1	
25	Тепловые и солнечные удары, обморожение.	1	
26	Основы здорового образа жизни. Нравственность.	1	

27	Факторы, разрушающие здоровье.	1	
28	Формирование взаимоотношений подростка.	1	
29	Отработка норматива по наложению повязки.		
30	Отработка норматива по наложению жгута и шины.	1	
31	Сдача нормативов по наложению повязки, жгута, шины.	1	1
32	Перенос пострадавших на носилках.	1	
33	Отработка правильности вязания узлов.	1	
34	Сдача зачета по вязки узлов.	1	2
35	Подведение итогов	1	

### 8 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе контрольные, творческие работы
	Раздел 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	12	
1	Тема 1. Пожарная безопасность	5	
2	Тема 2. Безопасность на дорогах	3	
3	Тема 3. Безопасность на водоемах	1	
4	Тема 4. Экология и безопасность	3	
	Раздел 2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность	15	
5	Тема 5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия	12	
6	Тема 6. Организация защиты населения от ЧС техногенного характера.	3	
	Раздел 3. Основы медицинских знаний и	6	

	здорового образа жизни		
7	Основы здорового образа жизни	1	
8	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	4	
	Итого:	35	

### 9 класс

№ п-п	Наименование модулей, разделов, тем	Количество часов	В том числе контрольные, творческие работы
Модуль-	Основы безопасности личности, общества и государства	24	
Раздел-1	Основы комплексной безопасности	12	
Тема 1	Национальная безопасность России в современном мире	3	
Тема 2	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и национальная безопасность России	3	
Тема 3	Современный комплекс проблем безопасности социального характера и	4	
Тема 4	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	2	
Раздел-2	Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций	12	
Тема 5	Организационные основы по защите населения страны	3	
Тема 6	Основные мероприятия, проводимые в РФ, по защите населения от чрезвычайных	5	
Тема 7	Организация борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской	4	
Глава 3	Основы здорового образа жизни	4	
Тема 8	Основы здорового образа жизни	1	
Тема 9	Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье	1	

Тема 10	Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного	2	
Глава 4	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи	3	
	Практические работы		3
	Итого:	34 часа	