

Ленинградская область  
Волосовский район  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Сабская средняя общеобразовательная школа»

Приложение к основной  
образовательной программе ООО

**Рабочая программа  
учебного предмета  
«Основы Безопасности  
Жизнедеятельности»  
5 – 9 классы**

Учитель физической культуры и ОБЖ  
высшей квалификационной категории  
Овсянко Марина Васильевна

Рабочая программа разработана с учётом нормативно-правовых документов:

1. Закон Российской Федерации «Об Образовании» (статья 7)
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по предмету;
3. Примерной программы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», авторской программы предметной линии учебников под редакцией А.Т.Смирнова,

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

### **Предметные результаты:**

- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- соблюдать правила безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и инфраструктуры;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;

- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при отравлениях;

#### **Личностные результаты:**

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

#### **Метапредметные результаты:**

##### Регулятивные:

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

##### Познавательные:

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

##### Коммуникативные:

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

### **6 класс**

#### **Предметные результаты:**

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;

- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

#### **Личностные результаты:**

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

#### **Метапредметные результаты:**

##### Регулятивные:

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

##### Познавательные:

- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
  - самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
  - выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные /наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
  - обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм

##### Коммуникативные:

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

### **8 класс**

#### **Предметные результаты:**

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

#### **Личностные результаты:**

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях

#### **Метапредметные результаты:**

##### Регулятивные:

- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности;

- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

Познавательные:

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

Коммуникативные:

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

## 9 класс

**Предметные результаты:**

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

**Личностные результаты:**

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

### **Метапредметные результаты:**

#### Регулятивные:

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

#### Познавательные:

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

#### Коммуникативные:

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

## **2. Содержание учебного предмета, курса**

### **5 класс**

#### **Основы безопасности личности, общества и государства (16 ч)**

##### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности (13 ч)**

**Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (12 часов)** Город как среда обитания. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Особенности природных условий в городе. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. Безопасность в повседневной жизни. Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Пешеход. Безопасность пешехода. Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель. Правила безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и инфраструктуры. Пожарная безопасность, правила безопасного поведения при пожаре. Безопасное поведение в бытовых ситуациях, правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии,

персональными компьютерами. Погодные условия и безопасность человека. Безопасность на водоёмах.

### **Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного характера (1 часа)**

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

### **Раздел 2. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации (3 ч)**

#### **Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (2 часа).**

Антиобщественное поведение и его опасность. Обеспечение личной безопасности дома.

Обеспечение личной безопасности на улице. Элементарные способы самозащиты.

#### **Терроризм и экстремизм – чрезвычайные опасности для общества и государства (1 час).**

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности. Виды террористических актов и их последствия.

Безопасность при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Безопасность при похищении или захвате в заложники и при проведении мероприятий по освобождению заложников.

Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие террористической деятельности

### **6 класс**

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности (12 ч)**

#### **Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях (12 часов).**

##### **1. Подготовка к активному отдыху на природе (3 ч)**

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

Определение необходимого снаряжения для похода.

##### **2. Активный отдых на природе и безопасность (1 ч)**

Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.

Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.

Подготовка и проведение лыжных походов. Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Велосипедные походы и безопасность туристов.

##### **3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности (3 ч).**

Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях.

Акклиматизация в горной местности. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными

видами транспорта. Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.

Обеспечение личной безопасности на воздушном и железнодорожном транспорте

##### **4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (2 ч).**

Автономное существование человека в природной среде. Добровольная автономия человека в природной среде. Вынужденная автономия человека в природной среде.

Сигналы бедствия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании (разжигание и типы костров, постройка временных укрытий, добыча воды, обеспечение питанием).

##### **5. Опасные ситуации в природных условиях (3 ч).**

Опасные погодные явления. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них.

Клещевой энцефалит и его профилактика.

#### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (4 ч)**

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

### **6. Первая помощь при неотложных состояниях (2 ч).**

Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.

Оказание первой помощи при травмах (ушибах и растяжениях, вывихах и переломах).

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге.

Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни (2 ч).**

#### **7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие (2 ч)**

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

## **8 класс**

### **Основы безопасности личности, общества и государства (23 ч)**

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности (16 ч)**

##### **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (11 часов).**

###### **1. Пожарная безопасность (3 ч).**

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

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

###### **2. Безопасность на дорогах (4 ч).**

Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей.

Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров.

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

###### **3. Безопасность на водоёмах (2 ч).**

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

Оказание помощи терпящим бедствие на воде.

###### **4. Экология и безопасность (2 ч).**

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

##### **Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера (5 часов).**

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

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

Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.

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

###### **6. Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций (4 ч).**

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

###### **7. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера (3 ч).**

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

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (11 ч)**

#### **Раздел 4. Основы, здорового образа жизни (7 ч).**

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

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

Репродуктивное здоровье - составляющая здоровья человека и общества.

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

### **9 класс**

### **Основы безопасности личности, общества и государства (24 ч)**

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности (8 ч)**

1. Национальная безопасность России в современном мире (4 ч).

Современный мир и Россия. Национальные интересы России в современном мире. Основные угрозы национальным интересам и безопасности России.

Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения на национальную безопасность России.

2. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России (4 ч).

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

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

3. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (3 ч).

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

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

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Оповещение и эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

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

5. Терроризм и экстремизм: их причины и последствия (2 ч).

Международный терроризм - угроза национальной безопасности России.

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

6. Нормативно-правовая база противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (3 ч).

Основные нормативно-правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму. Общегосударственное противодействие терроризму.

Нормативно-правовая база противодействия наркотизму.

7. Организационные основы системы противодействия терроризму и наркотизму в Российской Федерации (2 ч).

Организационные основы противодействия терроризму в Российской Федерации.  
 Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации.  
 8. Обеспечение личной безопасности при угрозе теракта и профилактика наркозависимости (2 ч).

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

**Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч).**

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

9. Здоровье - условие благополучия человека (3 ч).

Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность.

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

10. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье (2 ч).

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

11. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья (3 ч).

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

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

12. Оказание первой помощи (2 ч).

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

**3. Тематическое планирование**

<b>Класс: 5 класс (0,5 часа в неделю, всего 16 часов)</b>		
Раздел (кол-во часов)	темы	Кол-во часов
<b>Основы комплексной безопасности (13 ч)</b>	<b>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b>	<b>12</b>
	1. Человек, среда его обитания, безопасность человека. 1. Город как среда обитания. 2. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. 3. Особенности природных условий в городе. 4. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. 1.5. Безопасность в повседневной жизни.	5
	2. Опасные ситуации техногенного характера 2.1. Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. 2.2. Пешеход. Безопасность пешехода.	6

	2.3. Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель. 2.4. Правила безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и инфраструктуры. 2.5. Пожарная безопасность. 2.6. Безопасное поведение в бытовых ситуациях	
	3. Опасные ситуации природного характера 3.1. Погодные условия и безопасность человека. 3.2. Безопасность на водоёмах	2
	<b>Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного характера.</b>	<b>1</b>
	4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера 1. Чрезвычайные ситуации природного характера. 2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1
<b>Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации (3 ч)</b>	<b>Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение</b>	<b>2</b>
	5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение 5.1. Антиобщественное поведение и его опасность. 1. Обеспечение личной безопасности дома. 5.3. Обеспечение личной безопасности на улице. Элементарные способы самозащиты.	2
	<b>Терроризм и экстремизм – чрезвычайные опасности для общества и государства.</b>	<b>1</b>
	6. Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства.	1

**Класс: 6 класс (0,5 часа в неделю, всего 16 часов)**

Раздел (кол-во часов)	темы	Кол-во часов
<b>Основы комплексной безопасности (12 ч)</b>	<b>Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях</b>	<b>12</b>

	<p>1. Подготовка к активному отдыху на природе.</p> <p>1. Природа и человек.</p> <p>2. Ориентирование на местности.</p> <p>3. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.</p> <p>4. Подготовка к выходу на природу.</p> <p>5. Определение места для бивака и организация бивачных работ.</p> <p>1.6. Определение необходимого снаряжения для похода</p>	3
	<p>2. Активный отдых на природе и безопасность.</p> <p>2.1. Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.</p> <p>1. Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.</p> <p>2. Подготовка и проведение лыжных походов.</p> <p>3. Водные походы и обеспечение безопасности на воде.</p> <p>2.5. Велосипедные походы и безопасность туристов</p>	1
	<p>3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности.</p> <p>3.1. Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.</p> <p>3.2. Акклиматизация человека в различных климатических условиях.</p> <p>3.3. Акклиматизация в горной местности.</p> <p>3.4. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.</p> <p>3.5. Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.</p> <p>3.6. Безопасность на воздушном и железнодорожном транспорте.</p>	3
	<p>4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.</p> <p>4.1. Автономное существование человека в природной среде.</p> <p>4.2. Добровольная автономия человека в природной среде.</p> <p>1. Вынужденная автономия человека в природной среде. Сигналы бедствия.</p> <p>4.4. Обеспечение жизнедеятельности</p>	2

	человека в природной среде при автономном существовании	
	5. Опасные ситуации в природных условиях. 5.1. Опасные погодные явления. 1. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. 2. Укусы насекомых и защита от них. 5.4. Клещевой энцефалит и его профилактика	3
<b>Основы, медицинских знаний и оказание первой помощи (2 ч)</b>	6. Первая помощь при неотложных состояниях. 6.1. Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях. 6.2. Оказание первой помощи при травмах. 6.3. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге. 6.4. Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых	2
<b>Основы здорового образа жизни (2 ч)</b>	7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие. 1. Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. 2. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. 3. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	2

<b>Класс: 8 класс (1 час в неделю, всего 34 часа)</b>		
Раздел (кол-во часов)	темы	Кол-во часов
<b>Основы комплексной безопасности (16 ч)</b>	<b>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.</b>	<b>11</b>
	1. Пожарная безопасность. 1.1. Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия. 1.2. Профилактика пожаров и организация защиты населения. Первичные средства пожаротушения. 1.3. Права, обязанности и ответственность граждан. Правила	3

	поведения при пожаре. Средства индивидуальной защиты.	
	2. Безопасность на дорогах. 1. Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей. 2. Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров. 2.3. Велосипедист - водитель транспортного средства. Средства индивидуальной защиты велосипедиста 2.4. Правила безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и инфраструктуры.	4
	3. Безопасность на водоёмах. 3.1. Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях. 3.2. Безопасный отдых на водоёмах. Оказание помощи терпящим бедствие на воде	2
	4. Экология и безопасность. 4.1. Загрязнение окружающей среды и здоровье человека. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. 4.2. Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке	2
	Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.	5
	5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия. 5.1. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. 5.2. Аварии на радиационно-опасных объектах и их возможные последствия. 5.3. Аварии на химически-опасных объектах и их возможные последствия. 5.4. Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. 5.5. Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия	5
<b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (7 ч)</b>	6. Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций. 6.1. Обеспечение радиационной безопасности населения. 6.2. Обеспечение химической защиты населения. 6.3. Обеспечение защиты населения от	4

	<p>последствий аварий на взрывопожароопасных объектах.</p> <p>6.4. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях</p>	
	<p>7. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.</p> <p>7.1. Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Действия по сигналу «Внимание всем!».</p> <p>1. Эвакуация населения.</p> <p>7.3. Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера</p>	3
<b>Основы, здорового образа жизни (7 ч)</b>	<p>8. Здоровый образ жизни и его составляющие.</p> <p>8.1. Здоровье как основная ценность человека.</p> <p>1. Индивидуальное здоровье человека, его физическое, духовное и социальное благополучие.</p> <p>2. Репродуктивное здоровье - составляющая здоровья человека и общества.</p> <p>8.4. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>8.5. Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний.</p> <p>8.6. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.</p> <p>8.7. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности</p>	7
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 ч)</b>	<p>9. Первая помощь при неотложных состояниях.</p> <p>9.1. Первая помощь пострадавшим и её значение.</p> <p>9.2. Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами.</p> <p>9.3. Первая помощь при травмах.</p> <p>9.4. Первая помощь при утоплении</p>	4

**Класс: 9 класс (1 час в неделю, всего 34 часа)**

Раздел (кол-во часов)	темы	Кол-во
-----------------------	------	--------

		часов
<b>Основы комплексной безопасности (8 ч)</b>	1. Национальная безопасность России в современном мире. 1. Современный мир и Россия. 2. Национальные интересы России в современном мире. 3. Основные угрозы национальным интересам и безопасности России. 1.4. Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения на национальную безопасность России	4
	2. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России. 2.1. Чрезвычайные ситуации и их классификация. 2.2. Чрезвычайные ситуации природного характера и их последствия. 2.3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их причины. 2.4. Угроза военной безопасности России	4
<b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (7 ч)</b>	3. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. 3.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). 3.2. Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны. 3.3. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	3
	4. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. 4.1. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. 4.2. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций. Средства индивидуальной и коллективной защиты. 1. Оповещение и эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. 4.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения	4
<b>Противодействие</b>	5. Терроризм и экстремизм: их причины	2

<b>терроризму и экстремизму в Российской Федерации (9 ч)</b>	и последствия. 5.1. Международный терроризм - угроза национальной безопасности России. 5.2. Виды террористической деятельности и террористических актов, их цели и способы осуществления	
	6. Нормативно-правовая база противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации. 6.1. Основные нормативно-правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму. 1. Общегосударственное противодействие терроризму. 6.3. Нормативно-правовая база противодействия наркотизму	3
	7. Организационные основы системы противодействия терроризму и наркотизму в Российской Федерации. 7.1. Организационные основы противодействия терроризму в Российской Федерации. 7.2. Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации	2
	8. Обеспечение личной безопасности при угрозе теракта и профилактика наркозависимости. 1. Правила поведения при угрозе террористического акта. Безопасность при посещении массовых мероприятий. 8.2. Профилактика наркозависимости	2
<b>Основы здорового образа жизни (8 ч)</b>	9. Здоровье - условие благополучия человека. 1. Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность. 2. Здоровый образ жизни и его составляющие. 9.3. Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России	3
	10. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье. 10.1. Ранние половые связи и их последствия. 10.2. Инфекции, передаваемые половым путём. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе	2
	11. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья. 11.1. Брак и семья.	3

	<p>11.2. Семья и здоровый образ жизни человека.</p> <p>11.3. Основы семейного права в Российской Федерации</p>	
<p><b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (2 ч)</b></p>	<p>12. Оказание первой помощи.</p> <p>1. Первая помощь при массовых поражениях (практическое занятие по плану преподавателя).</p> <p>12.2. Первая помощь при передозировке психоактивных веществ</p>	2