

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области «Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с. Обшаровка Приволжского района Самарской области»

Адрес: 445550, Самарская область, Приволжский район, с. Обшаровка, ул. Советская, 98, Телефон (факс): (84647) 93236, mail: so_gscou_prv@samara.edu.ru

Рассмотрено на заседании методического объединения 27 августа 2024года	Проверено И.о. заместителя директора по УВР _____ О.Н.Никитиной 27 августа 2024 года	«Утверждаю» Директор ГБОУ школы-интерната с.Обшаровка _____ Н.В.Шабашева Пр. № 247 от 28 августа 2024года
--	--	--

**Рабочая программа по курсу
«Основы безопасности
жизнедеятельности»
5 – 8, 10 классы**

Составитель программы:
Гейдарова Татьяна Александровна
учитель высшей
квалификационной категории

Содержание

1. Титульный лист (название программы)
2. Пояснительная записка
3. Общая характеристика учебного предмета
4. Содержание тем учебного предмета
5. Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе
6. Учебно-тематический план
7. Перечень учебно-методического обеспечения
8. Список литературы

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», Типовым положением о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

Рабочая программа разработана на основе рабочей программы по курсу Основы безопасности жизнедеятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья для 5-8,10 кл., составитель Г.Г. Галямова.

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 5 – 8,10 кл. специальной коррекционной школы VIII вида составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Закон РФ «Об образовании» № 122-ФЗ в последней редакции от 22 августа 2004 г.;
- Учебный план специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии
- Типовое положение о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии
- Концепция специальных федеральных государственных образовательных стандартов для детей с ограниченными возможностями здоровья, 2009 г.
- Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ в специальной (коррекционной) школе-интернате

Рабочая программа для факультативных занятий по курсу Основы безопасности жизнедеятельности в 5-8,10 классах разработана на основе рабочей программы по курсу Основы безопасности жизнедеятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья для 5-8,10 классов, составитель Г.Г. Галямова – Анжеро – Судженск, 2008.

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 5 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2000. – 160 с. : ил.

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 6 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 160 с. : ил.

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 7 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 157 с. : ил.

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 8 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2001. – 155 с. : ил.

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 315 с. : ил.

Цель курса – дать систематизированное представление о здоровом образе жизни, путях укрепления и сохранения здоровья, о прогнозировании опасных ситуаций, оценки их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритмов безопасного поведения.

Реализовать данную цель помогут следующие **задачи**:

- Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;
- Освоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- Владение умениями предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также их анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать

обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

2. Общая характеристика учебного предмета

Изучение предмета основы жизнедеятельности позволяет обучающимся получить систематизированное представление о личном здоровье, здоровом образе жизни, здоровье населения, об опасностях, о прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Учебные вопросы распределяются с учетом возрастных и психологических особенностей обучающихся и уровня их подготовки по другим основным образовательным программам.

Преподавание основ безопасности жизнедеятельности на каждой ступени имеет свои особенности. На второй ступени общеобразовательной школы (5—8,10 кл.) завершается формирование у обучающихся основных понятий безопасности жизнедеятельности. Обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни; чрезвычайных ситуациях локального характера, их последствиях и правилах безопасного поведения; о безопасности на дорогах; о терроризме; о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. На этой стадии обучения большое значение придается формированию у обучающихся здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим.

3. Содержание программы учебного предмета

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» представляет собой область знаний, охватывающую теорию и практику безопасного поведения человека в повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. Он предназначен для формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими знаний и умений в прогнозировании опасных ситуаций и вредных факторов окружающей среды обитания и различных видов деятельности человека, для определения способов защиты от них, а также приобретения привычек здорового образа жизни. В курсе «Основы безопасности жизнедеятельности» даются рекомендации по поведению на улицах и дорогах, рассматриваются необходимые меры безопасности при обращении с огнем, газом, в общении с животными и во многих других ситуациях.

Курс включает теорию и практику здорового образа жизни, защиты человека в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, оказания первой медицинской помощи.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей детей и уровня их подготовки по другим основным образовательным программам.

Обучение основам безопасности жизнедеятельности рассчитано на пять лет с 5 по 10 кл. по 1 часу в неделю (34 недели, для классов «и» - 33 недели).

В программе выделены следующие разделы:

- Безопасность и защита человека в среде обитания
- Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Курс 5 класса включает следующие темы:

1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:

- Особенности города как среды обитания человека
- Особенности жизнедеятельности современного жилища
- Чем опасно жилище для человека. Виды опасных и вредных факторов современного жилища
- Как правильно пользоваться электроприборами, газом, водой
- Опасные ситуации дома. Как их избежать
- Как действовать при возникновении чрезвычайной ситуации в доме, школе (пожар, утечка воды, газа, неисправность, электроприбора, колючие и режущие предметы)
- Правила безопасности в лифте
- Правила безопасности на лестнице
- Пожар в жилище. Возможные причины возникновения пожара
- Правила поведения при пожаре
- Правила вызова пожарной охраны
- Виды общественного транспорта
- Правила безопасности на остановках общественного транспорта
- Правила на остановках общественного транспорта
- Правила безопасности в автобусе, троллейбусе, в трамвае
- Правила оплаты проезда в общественном транспорте
- Сигналы светофора
- Регулируемое движение

2. Правила безопасного поведения в природной среде:

- Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Способы преодоления этих ситуаций
- Съедобные и несъедобные ягоды, грибы, плоды. Меры осторожности в обращении с дарами природы
- Безопасное поведение в лесу

- Ориентирование в лесу по компасу, по звукам, по солнцу, по растениям, по муравейнику
 - Ориентирование на местности разными способами
 - Приметы приближающего дождя. Правила поведения на природе во время дождя и грозы
 - Меры безопасности при купании в водоемах
 - Способы самоспасения и оказания помощи тонущему человеку
 - Основные подручные спасательные средства
 - Правила поведения при землетрясении
- 3. Правила безопасного поведения в социальной среде:**
- Улица – место повышенной личной опасности
 - Правила безопасного поведения на улице в различных ситуациях
 - Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов
- 4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
- Понятие об эвакуации
 - Безопасные маршруты путей эвакуации
- 5. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни:**
- Перевязочные и лекарственные средства
 - Оказания первой медицинской помощи при ссадинах, порезах, травме
 - Перевязочные и лекарственные средства
- 6. Основы здорового образа жизни:**
- Здоровье человека, общие понятия и определения

Курс 6 класса включает следующие темы:

- 1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:**
- Особенности города, в котором мы живем
 - Наиболее распространенные опасные ситуации в жилище и их последствия.
 - Причины возникновения пожара
 - Опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь
 - Правила поведения во время возникновения пожара
 - Утечка газа, причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при утечке газа, правила поведения при утечке газа
 - Затопление жилища, причины, последствия
 - Правила поведения при затоплении жилища
 - Виды средств бытовой химии по степени потенциальной опасности
 - Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции
 - Химические ожоги, их причины, первая помощь при химическом ожоге
 - Регулирование улиц и дорог
 - Дорога и ее главные составные части
 - Дорожная разметка и дорожные знаки
 - Группы дорожных знаков
 - Перекрестки и их виды
 - Переход улиц и дорог
 - Дорожные ситуации, связанные с закрытым обзором
 - Опасные ситуации на дорогах
 - Опасные ситуации
- 2. Правила безопасного поведения в природной среде:**

- Загрязнения воздуха, воды, и почвы в местах проживания, их возможные причины
 - Профилактика нарушений экологического равновесия
 - Правила поведения на воде
 - Средства первой помощи при укусе и последующие действия пострадавшего
 - Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу
 - Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы
- 3. Правила безопасного поведения в социальной среде:**
- Возможные опасные ситуации при возникновении в жилище незнакомых людей (ограбление квартиры, похищение детей с целью выкупа, с целью получения
 - Правила безопасного поведения при возникновении угрозы личной безопасности в квартире, на улице, около дома, в лифте, в подъезде
 - Намерения незнакомца
 - Поведение в экстремальной ситуации на улице
 - Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов
 - Алгоритм действий при различных чрезвычайных ситуациях
 - Правила поведения при землетрясении
- 4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
- Что такое эвакуация
 - Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации
- 5. Основы медицинских знаний:**
- Перевязочные и лекарственные средства
 - Понятие о травме
 - Средства оказания первой медицинской помощи при травмах
- 6. Основы здорового образа жизни:**
- Правила личной гигиены

Курс 7 класса включает следующие темы:

- 1. Правила поведения в бытовой (городской) среде:**
- Переход улиц и дорог
 - Ошибки пешеходов. Культура поведения на улицах и дорогах
 - Средства регулирования дорожного движения
 - Правила для велосипедистов
- 2. Правила безопасного поведения в социальной среде:**
- Правила поведения при угрозе террористического акта
 - Алгоритм действий при угрозе теракта
- 3. Правила безопасного поведения в природной среде:**
- Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций
 - Формула безопасности. Средства и способы самоспасения
 - Правила поведения при землетрясении
 - Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния
 - Последовательность действий при вынужденной автономии. Сигналы бедствия и сигнальные средства.
 - Ориентирование на местности и выход к населенному пункту
 - Анализ ситуации и составление общего плана действий по выживанию
 - Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья
 - Разведение костра. Типы костров. Обогрев временного жилища

- Меры профилактики при отравлении угарным газом
 - Воздействия жары на организм человека.
 - Очистка воды. Опреснение воды. Рыбная ловля и охота
 - Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений
 - Смена климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации
 - Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при купании на воде
 - Меры безопасности при использовании гребными лодками
 - Первая помощь утопающему
 - Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду
 - Правила спасения при попадании в полынью. Осторожно, ледоход!
- 4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
- Правила поведения при эвакуации
- 5. Основы медицинских знаний:**
- Медицинская аптечка на случай вынужденной автономии, перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии
 - Лекарственные растения, их использование
 - Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых
 - Оказание помощи при травмах
- 6. Основы здорового образа жизни:**
- Меры укрепления здоровья и профилактика заболеваний
 - Питание человека
 - Влияние вредных привычек на здоровье
- Курс 8 класса включает следующие темы:**
- 1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:**
- Дорожно - транспортная структура города
 - Дорожные "ловушки" и навыки безопасного поведения на дорогах
- 2. Правила безопасного поведения в социальной среде:**
- Захват террористами транспортных средств
 - Правила поведения при угрозе террористического акта
- 3. Правила безопасного поведения в природной среде:**
- Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера. Причины возникновения чрезвычайной ситуации природного характера
 - Виды опасных природных явлений
 - Происхождение землетрясений. Понятия: очаг землетрясения, эпицентр
Основные параметры землетрясения
 - Правила поведения при землетрясении
 - Извержение вулканов. Правила поведения при извержении вулканов
 - Понятие о моретрясении и цунами. Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясений и цунами
 - Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах. Происхождение и оценка силы
 - Возможные последствия бурь, ураганов, смерчей
 - Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей
 - Понятие о наводнениях, их классификация
 - Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения
 - Лесные пожары, их виды

- Профилактика лесных и торфяных пожаров
- 4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
- Действия во время эвакуации из здания
 - Определение безопасного маршрута, помощь младшим при эвакуации
 - Индивидуальные средства защиты, их назначение
 - Устройство противогазов и респираторов. Способы применения
- 5. Основы медицинских знаний:**
- Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях
 - Способы остановки кровотечения
 - Правила наложения резинового жгута, повязок
 - Первая помощь при обморожениях
 - Виды ожогов. Первая помощь при ожогах.
- 6. Основы здорового образа жизни:**
- Чередование труда и отдыха, виды отдыха
 - Влияние вредных привычек на организм подростка

Курс 10 класса включает следующие темы:

- 1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:**
- Виды железнодорожного транспорта. Опасность в вагоне поезда
 - Правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях
 - Виды аварийной ситуации на железной дороге. Правила поведения в аварийной ситуации
 - Причины бедствий на реках, морях, океанах. Правила поведения на судах
 - Средства спасения
 - Правила эвакуации с аварийного судна, пожары на судах
 - Правила поведения в самолете в различных ситуациях
 - Безопасное поведение в салоне
 - Действия при разгерметизации в самолете
 - Действия при пожаре в самолете
- 2. Правила безопасного поведения в социальной среде:**
- Правила безопасного поведения при угрозе и ходе террористического акта
 - Алгоритм действий при угрозе террористического акта
- 3. Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера:**
- Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера
 - Пожаро - и взрывоопасные объекты
 - Промышленные аварии и катастрофы
 - Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Условия, способствующие горению
 - Правила безопасного поведения при пожаре
 - Понятия о взрывах. Характеристика взрывов, их причины и последствия
 - Виды стихийных бедствий и катастроф, их последствия
 - Виды поражающих факторов и их воздействие на человека
 - Поражающие факторы ядерного взрыва. Комбинированные радиационные поражения
 - Основы оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении
 - Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении
 - Основные группы отравляющих веществ по силе и скорости воздействия. Причины, вызывающие поражение отравляющими веществами

- Основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами
- Действия населения при оповещении о химическом заражении. Индивидуальные средства защиты
- Гидродинамические аварии, их причины и последствия
- Понятие о зоне затопления. Правила безопасного поведения при наводнении
- Правила поведения при землетрясении

4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:

- Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Эвакуация при возникновении чрезвычайной ситуации техногенного характера
- Виды противогазов (изолирующие, фильтрующие)
- Устройство противогаза. Пользование противогазом
- Виды респираторов, устройство респиратора, пользование респиратором

5. Основы медицинских знаний:

- Понятие о переломах. Общие принципы оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах
- Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлении химическими веществами

6. Основы здорового образа жизни:

- Понятие о токсикомании и наркомании
- Развитие психической зависимости от наркомании
- Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами

5. Требования к уровню подготовки учащихся

К концу 5 класса учащиеся должны знать:

- какие предметы обихода могут оказаться опасными при неправильном обращении с ними
- правила пользования этими предметами, газом, водой, электроприборами
- меры, которые необходимо предпринять для устранения затопления жилища, утечки газа
- правила пользования лифтом
- об угрозе нападения, исходящей от незнакомых людей
- основные правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера
- правила безопасного поведения на улице
- правила безопасного обращения со спичками и зажигалками, быстроспламеняющимися веществами
- правила обращения газовой плитой, электроприборами
- правила поведения при пожаре в доме, автобусе, лесу
- правила поведения при землетрясении
- правила пользования общественным транспортом
- правила поведения в транспорте при возникновении ЧС
- значение сигналов светофора
- правила движения пешеходов по тротуарам и обочине дороги
- правила перехода улиц и дорог
- правила безопасности в лесу
- виды ядовитых растений и грибов
- признаки отравления организма и способы оказания первой помощи
- меры безопасности при купании и способы оказания помощи утопающему
- что такое здоровый образ жизни

уметь:

- узнавать сигналы, оповещающие о возникновении ЧС
- быстро и спокойно действовать при эвакуации из здания
- вызвать нужную службу спасения по телефону
- закрывать водопроводный вентиль, перекрывающий подачу воды
- закрывать вентиль, перекрывающий подачу газа
- оказывать первую помощь при порезах и уколах
- вызывать помощь при остановке лифта между этажами
- предпринимать правильные действия при встрече с незнакомцем
- выполнять правила безопасного поведения на улице
- обращаться за помощью в случае возникновения опасной ситуации на улице
- вызывать пожарную команду по телефону и объяснить, что произошло, давать точный адрес с указанием дома, номера подъезда, этажа, квартиры
- гасить небольшой огонь подручными средствами
- делать для себя мокрую маску от дыма приобретать билеты для проезда в транспорте
- двигаться по тротуарам улицы и обочине загородной дороги
- правильно переходить улицы и загородные дороги по наземному и подземному переходу
- оказывать помощь тонущему человеку с использованием подручных средств
- правильно вести себя во время землетрясения
- вести здоровый образ жизни

К концу 6 класса учащиеся должны знать:

- главные составные части дороги, дорожную разметку и дорожные знаки, виды перекрестков, сигналы светофора и регулировщика
- сигналы, подаваемые водителями транспортных средств
- правила перехода улиц и дорог
- правила перехода улицы при посадке из общественного транспорта
- дорожные знаки действия при пожаре в общественном транспорте
- как выбирать место для катания на велосипеде, скейтборде, роликовых коньках
- возможные последствия пользования неисправным оборудованием
- правила поведения на воде
- правила пользования различными плавательными средствами
- способы и средства спасения и оказания помощи утопающему на воде
- правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции
- правила обращения с ртутным термометром
- правила предосторожности, необходимые для обеспечения предотвращения возникновения криминогенной ситуации в жилище
- способы и средства первой помощи при различных укусах и последующие действия пострадавшего
- правила сбора грибов и ягод в лесу
- правила поведения при землетрясении
- что такое эвакуация, правила эвакуации
- элементарные сведения о возможностях инфицирования ран
- обеззараживающие средства
- способы оказания первой помощи при травмах
- что такое здоровый образ жизни

уметь:

- различать сигналы светофора и регулировщика
- сигналы, подаваемые водителями транспортных средств
- соблюдать правила перехода улиц и дорог
- проверять техническое состояние велосипеда, скейтборда, роликовых коньков
- соблюдать правила движения по улице
- соблюдать обязанности пассажира
- соблюдать правила перехода улицы при посадке из общественного транспорта
- соблюдать правила поведения на воде
- проверять состояние плавательных средств
- правильно вести себя во время землетрясения
- соблюдать правила обращения со средствами бытовой химии
- соблюдать меры предосторожности для предотвращения возникновения криминогенной ситуации в жилище
- оказывать первую помощь при различных укусах и вызывать врача
- выполнять действия по сигналу учебной тревоги об эвакуации из школьного здания
- оказывать первую помощь при травмах
- вести здоровый образ жизни

К концу 7 класса учащиеся должны знать:

- правила для пешеходов
- средства регулирования дорожного движения
- правила езды на велосипеде
- правила поведения при террористических актах

- правила поведения человека при попадании в условия вынужденного автономного существования в природных условиях
- последовательность действий при вынужденной автономии
- способы ориентирования на местности
- способы оборудования временного укрытия
- способы разведения костра, типы костров
- способы обогрева внутри временного жилища
- способы очистки воды
- способы рыбной ловли и охоты
- способы приготовления пищи в походных условиях
- сигналы бедствия и сигнальные средства
- правила безопасного поведения при акклиматизации
- меры безопасности при переходе водоемов по льду
- правила спасения при попадании в полынью
- правила безопасного поведения на воде
- приемы оказания первой помощи утопающему
- правила поведения при землетрясениях
- что такое эвакуация
- способы оказания первой медицинской помощи при ранах, кровотечениях, ожогах
- лекарственные растения
- причины тепловых и солнечных ударов
- опасных змей и насекомых
- значение здорового образа жизни

уметь:

- переходить дорогу в разрешенном месте
- выполнять правила безопасного поведения на остановке, в салоне транспортного средства
- соблюдать правила передвижения по улице на велосипеде
- соблюдать правила поведения при террористических актах
- составлять план действий в условиях вынужденной автономии
- ориентироваться на местности по солнцу, по деревьям
- различать съедобные растения
- готовить пищу на костре
- применять меры по профилактике пищевых отравлений
- разводить костры разных типов
- подавать сигналы бедствия
- подбирать и упаковывать необходимые для турпохода вещи
- соблюдать меры безопасности при переходе водоемов по льду
- применять правила спасения при попадании в полынью
- соблюдать правила безопасного поведения на воде
- оказывать первую помощь утопающему
- правильно действовать при пожаре в общественном месте
- применять лекарственные растения
- накладывать повязки и жгуты при переломе
- оказывать первую медицинскую помощь при тепловых и солнечных ударах
- оказывать первую медицинскую помощь при укусах змей и насекомых
- правильно вести себя во время землетрясения
- вести здоровый образ жизни

К концу 8 класса учащиеся должны знать:

- правила дорожного движения

- дорожно – транспортную структуру города
- правила поведения при угрозе террористических актов
- причины возникновения ЧС природного характера
- виды опасных природных явлений
- правила поведения во время землетрясения
- правила поведения во время моретрясений и цунами
- возможные последствия обвалов, оползней, селей
- возможные последствия бурь, ураганов, смерчей
- рекомендации по действиям при наводнении и его угрозе
- причины возникновения лесных пожаров, меры по их профилактике
- меры безопасности в зоне лесных пожаров
- правила эвакуации
- правила пользования противогазом
- способы остановки кровотечения
- правила наложения резинового жгута
- правила оказания первой медицинской помощи при обморожении и ожоге
- основы здорового образа жизни

уметь:

- правильно переходить улицы
- соблюдать правила поведения при террористических актах
- устанавливать причинно – следственные связи между опасными природными явлениями и ЧС природного характера
- выполнять рекомендации по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения
- соблюдать правила безопасного поведения во время землетрясения
- соблюдать меры безопасности в зоне лесных пожаров
- вовремя и правильно эвакуироваться из здания
- надевать противогаз
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим
- вести здоровый образ жизни

К концу 10 класса учащиеся должны знать:

- виды железнодорожного транспорта
- правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях
- правила поведения в аварийной ситуации в ж/д транспорте
- причины бедствий на реках, морях, океанах
- правила поведения на судне
- индивидуальные и коллективные спасательные средства
- правила эвакуации с аварийного судна
- правила поведения при пожаре на судне
- правила поведения в самолете
- действия при разгерметизации в самолете
- действия при пожаре в самолете
- правила безопасного поведения при угрозе террористических актов
- виды промышленных аварий и катастроф
- причины возникновения пожаров
- меры профилактики пожаров
- правила безопасного поведения при пожарах и взрывах
- правила поведения во время землетрясения
- виды переломов
- правила оказания первой медицинской помощи при переломах

- причины, вызывающие поражение отравляющими веществами
- основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами
- действия населения при оповещении о химическом заражении
- индивидуальные средства защиты
- порядок действий при оповещении о радиоактивном заражении
- виды поражающих факторов и их воздействие на человека
- способы оповещения населения о ЧС техногенного характера

уметь:

- соблюдать правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях, в вагоне
- соблюдать правила поведения на судне
- пользоваться спасательным жилетом
- соблюдать правила поведения в самолете
- соблюдать правила безопасного поведения во время землетрясения
- оказывать первую медицинскую помощь при переломах
- соблюдать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта
- пользоваться противогазом, респиратором
- быстро готовиться к эвакуации
- оказывать медицинскую помощь при радиационном заражении, при химическом ожоге

6. Учебно – тематический план

5 класс

№ п/п	Наименование раздела и тем	Всего часов	Календарные сроки	Текущий и промежуточный контроль, виды контроля
Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде (15 часов)				
1.	Особенности города как среды обитания человека	1		
2.	Особенности жизнедеятельности современного жилища. Чем опасно жилище для человека. Виды опасных и вредных факторов современного жилища	1		
3.	Как правильно пользоваться электроприборами, газом, водой	1		
4.	Опасные ситуации дома. Как их избежать	1		
5.	Как действовать при возникновении чрезвычайной ситуации в доме, школе	1		Практическая работа
6.	Правила безопасности в лифте	1		
7.	Правила безопасности на лестнице	1		
8.	Пожар в жилище. Возможные причины возникновения пожара	1		
9.	Правила поведения при пожаре	1		Практическая работа
10.	Правила вызова пожарной охраны	1		
11.	Виды общественного транспорта	1		
12.	Правила безопасности на остановках общественного транспорта	1		
13.	Правила безопасности в автобусе, троллейбусе, трамвае	1		
14.	Правила оплаты проезда в общественном транспорте	1		
15.	Сигналы светофора	1		
Правила безопасного поведения в природной среде (11 часов)				
16.	Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Способы преодоления этих ситуаций	1		
17.	Найди выход из ситуации чрезвычайного характера	1		Практическая работа
18.	Съедобные и несъедобные ягоды, грибы, плоды. Меры осторожности в обращении с дарами природы	1		
19.	Безопасное поведение в лесу	1		
20.	Ориентирование на местности разными способами	1		Практическая работа
21.	Приметы приближающего дождя. Правила поведения на природе во время дождя и грозы	1		
22.	Меры безопасности при купании в водоемах	1		
23.	Способы самоспасения и оказания помощи тонущему человеку	1		

24.	Основные подручные спасательные средства	1		
25.	Меры безопасности в условиях землетрясения	1		
26.	Правила безопасного поведения во время землетрясения	1		
Правила безопасного поведения в социальной среде (3 часа)				
27.	Улица – место повышенной личной опасности	1		
28.	Правила безопасного поведения на улице в различных ситуациях	1		
29.	Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов	1		
Государственная защита и обеспечения безопасности населения (1 час)				
30.	Понятие об эвакуации. Безопасные маршруты путей эвакуации	1		Практическая работа
Основы медицинских знаний (2 часа)				
31.	Перевязочные и лекарственные средства	1		
32.	Оказания первой медицинской помощи при ссадинах, порезах, травме	1		Практическая работа
Основы здорового образа жизни (2 часа)				
33.	Здоровье человека, общие понятия и определения	1		
34.	Здоровый образ жизни. Соблюдение личной гигиены	1		
Итого:		34		

**Учебно – тематический план
6 класс**

№ п/п	Наименование раздела и тем	Всего часов	Календарные сроки	Текущий и промежуточный контроль, виды контроля
Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде (15 часов)				
1.	Особенности города, в котором мы живем	1		
2.	Наиболее распространенные опасные ситуации в жилище и их последствия	1		
3.	Причины возникновения пожара. Опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь	1		
4.	Правила поведения во время возникновения пожара	1		Практическая работа
5.	Утечка газа, причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при утечке газа, правила поведения при утечке газа	1		
6.	Затопление жилища, причины, последствия. Правила поведения при затоплении жилища	1		
7.	Виды средств бытовой химии по степени потенциальной опасности	1		
8.	Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции	1		
9.	Химические ожоги, их причины, первая помощь при химическом ожоге	1		
10.	Регулирование улиц и дорог	1		
11.	Дорога и ее главные составные части	1		
12.	Дорожная разметка и дорожные знаки. Группы дорожных знаков	1		Практическая работа
13.	Перекрестки и их виды	1		
14.	Переход улиц и дорог	1		
15.	Дорожные ситуации, связанные с закрытым обзором. Опасные ситуации на дорогах	1		Практическая работа
Правила безопасного поведения в природной среде (8 часов)				
16.	Загрязнения воздуха, воды, и почвы в местах проживания, их возможные причины	1		
17.	Профилактика нарушений экологического равновесия	1		
18.	Правила поведения на воде	1		
19.	Средства первой помощи при укусе и последующие действия пострадавшего	1		
20.	Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу	1		
21.	Съедобные и несъедобные ягоды,	1		

	плоды, грибы			
22.	Меры безопасности в условиях землетрясения	1		
23.	Правила безопасного поведения во время землетрясения	1		
Правила безопасного поведения в социальной среде (6 часов)				
24.	Возможные опасные ситуации при возникновении в жилище незнакомых людей	1		
25.	Правила безопасного поведения при возникновении угрозы личной безопасности	1		
26.	Распознавание намерений незнакомца по его внешнему виду	1		Практическая работа
27.	Поведение в экстремальной ситуации на улице	1		
28.	Алгоритм действий при различных чрезвычайных ситуациях	1		Самостоятельная работа
29.	Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов	1		
Государственная защита и обеспечения безопасности населения (1 час)				
30.	Что такое эвакуация. Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации	1		Практическая работа
Основы медицинских знаний (2 часа)				
31.	Перевязочные и лекарственные средства	1		
32.	Понятие о травме. Средства оказания первой медицинской помощи при травмах	1		
Основы здорового образа жизни (2 часа)				
33.	Взаимосвязь между образом жизни и здоровьем	1		
34.	Правила личной гигиены	1		
	Итого:	34		

**Учебно – тематический план
7 класс**

№ п/п	Наименование раздела и тем	Всего часов	Календарные сроки	Текущий и промежуточный контроль, виды контроля
Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде (5 часов)				
1.	Переход улиц и дорог	1		
2.	Ошибки пешеходов. Культура поведения на улицах и дорогах	1		
3.	Средства регулирования дорожного движения	1		
4.	Правила для велосипедистов	1		
5.	Выбери ошибки, совершаемые пешеходами	1		Практическая работа
Правила безопасного поведения в социальной среде (2 часа)				
6.	Правила поведения при угрозе террористического акта	1		
7.	Алгоритм действий при угрозе теракта	1		Практическая работа
Правила безопасного поведения в природной среде (21 час)				
8.	Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций	1		
9.	Формула безопасности (основные принципы самоспасения). Средства и способы самоспасения	1		
10.	Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния	1		
11.	Последовательность действий при вынужденной автономии. Сигналы бедствия и сигнальные средства	1		
12.	«Определи последовательность действий при вынужденной автономии»	1		Практическая работа
13.	Ориентирование на местности и выход к населенному пункту	1		
14.	Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья	1		
15.	Анализ ситуации и составление общего плана действий по выживанию	1		
16.	Оборудование временного укрытия. Виды летних и зимних укрытий	1		
17.	Разведение костра. Типы костров. Обогрев временного жилища. Меры профилактики при отравлении угарным газом	1		
18.	Воздействия жары на организм человека. Очистка воды. Опреснение воды	1		

19.	Рыбная ловля и охота	1		
20.	Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений	1		
21.	Смена климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации	1		
22.	Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при купании на воде	1		
23.	Меры безопасности при использовании гребными лодками	1		
24.	Первая помощь утопающему	1		Практическая работа
25.	Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду	1		
26.	Правила спасения при попадании в полынью. Осторожно, ледоход!	1		
27.	Меры безопасности в условиях землетрясения	1		
28.	Правила безопасного поведения во время землетрясения	1		
Государственная защита и обеспечения безопасности населения (1 час)				
29.	Правила поведения при эвакуации	1		Практическая работа
Основы медицинских знаний (3 часа)				
30.	Медицинская аптечка, перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии	1		
31.	Лекарственные растения. Использование природных лекарственных средств	1		
32.	Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых. Оказание помощи при травмах	1		
Основы здорового образа жизни (2 часа)				
33.	Меры укрепления здоровья и профилактика заболеваний	1		
34.	Питание человека. Влияние вредных привычек на здоровье	1		
Итого:		34		

**Учебно – тематический план
8 класс**

№ п/п	Наименование раздела и тем	Всего часов	Календарные сроки	Текущий и промежуточный контроль, виды контроля
Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде (3 часа)				
1.	Дорожно - транспортная структура города	1		
2.	Дорожные "ловушки" и навыки безопасного поведения на дорогах	1		
3.	Навыки правильной оценки ситуации на дороге	1		Практическая работа
Правила безопасного поведения в социальной среде (2 часа)				
4.	Захват террористами транспортных средств	1		
5.	Правила поведения при угрозе террористического акта	1		
Правила безопасного поведения в природной среде (19 часов)				
6.	Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера, причины ее возникновения	1		
7.	Виды опасных природных явлений	1		
8.	Происхождение землетрясений. Основные понятия и параметры	1		
9.	Меры безопасности в условиях землетрясения	1		
10.	Правила безопасного поведения во время землетрясения	1		
11.	Извержение вулканов. Правила поведения при извержении вулканов	1		
12.	Понятие о моретрясении и цунами, их происхождение.	1		
13.	Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясений и цунами	1		
14.	Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах	1		
15.	Меры по предупреждению обвалов, оползней, селей, лавин	1		
16.	Рекомендации населению по действиям при угрозе и ходе обвалов, оползней, селей, лавин	1		
17.	Происхождение и оценка силы	1		
18.	Возможные последствия бурь, ураганов, смерчей	1		
19.	Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей	1		
20.	Понятие о наводнениях, их классификация	1		
21.	Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во время	1		

	наводнения			
22.	Лесные пожары, их виды.	1		
23.	Причины возникновения пожаров, их профилактика	1		
24.	Меры безопасности в зоне лесных пожаров	1		
Государственная защита и обеспечения безопасности населения (4 часа)				
25.	Действия во время эвакуации из здания	1		
26.	Определение безопасного маршрута, помощь младшим при эвакуации	1		
27.	Индивидуальные средства защиты, их назначение	1		
28.	Устройство противогазов и респираторов. Способы применения	1		
Основы медицинских знаний (4 часа)				
29.	Виды кровотечений	1		
30.	Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения	1		
31.	Правила наложения резинового жгута, повязок	1		
32.	Первая помощь при обморожении, ожоге.	1		
Основы здорового образа жизни (2 часа)				
33.	Чередование труда и отдыха. Виды отдыха	1		
34.	Влияние вредных привычек на организм ребенка	1		
	Итого:	34		

**Учебно – тематический план
10 класс**

№ п/п	Наименование раздела и тем	Всего часов	Календарные сроки	Текущий и промежуточный контроль, виды контроля
Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде (8 часов)				
1.	Виды железнодорожного транспорта. Опасность в вагоне поезда	1		
2.	Правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях	1		
3.	Виды аварийных ситуаций на железной дороге. Правила поведения в аварийной ситуации	1		
4.	Причины бедствий на реках, морях, океанах. Правила поведения на судне	1		
5.	Средства спасения (спасательный жилет, шлюпки, надувные плоты)	1		
6.	Правила эвакуации с аварийного судна. Ситуация «Человек за бортом». Пожары на судах	1		
7.	Правила поведения в самолете. Действия при разгерметизации в самолете	1		
8.	Действия при пожаре в самолете	1		
9.	Правила безопасного поведения при угрозе и ходе террористического акта	1		
10.	Алгоритм действий при угрозе террористического акта	1		
Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (15 часов)				
11.	Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Пожаро - и взрывоопасные объекты	1		
12.	Промышленные аварии и катастрофы	1		
13.	Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Условия, способствующие горению	1		
14.	Правила безопасного поведения при пожаре	1		
15.	Понятия о взрывах. Характеристика взрывов, их причины и последствия	1		
16.	Виды стихийных бедствий и катастроф, их последствия	1		
17.	Виды поражающих факторов и их воздействие на человека	1		
18.	Поражающие факторы ядерного взрыва. Комбинированные радиационные поражения.	1		
19.	Основы оказания первой медицинской	1		

	помощи при радиационном поражении			
20.	Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении	1		
21.	Основные группы отравляющих веществ по силе и скорости воздействия. Причины, вызывающие поражение отравляющими веществами	1		
22.	Основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами	1		
23.	Действия населения при оповещении о химическом заражении. Индивидуальные средства защиты	1		
24.	Гидродинамические аварии, их причины и последствия	1		
25.	Понятие о зоне затопления. Правила безопасного поведения при наводнении	1		
26.	Меры безопасности и правила поведения в условиях землетрясения	1		
Государственная защита и обеспечения безопасности населения (4 часа)				
27.	Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Эвакуация при возникновении ЧС техногенного характера	1		
28.	Средства индивидуальной защиты. Виды противогазов	1		
29.	Устройство противогаза, правила пользования	1		
30.	Виды респираторов, устройство, правила пользования	1		
Основы медицинских знаний (2 часа)				
31.	Понятие о переломах. Общие принципы оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах	1		
32.	Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлении химическими веществами	1		
Основы здорового образа жизни (2 часа)				
33.	Влияние физических упражнений на развитие растущего организма, закаливание	1		
34.	Понятие о токсикомании и наркомании. Развитие психической зависимости от наркомании. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами	1		
	Итого:	34		

7. Перечень учебно-методического обеспечения

1. Видеотека
2. Медиатека
3. Тесты
4. Памятки

8. Список литературы

1. А.Т.Смирнова ,Б.О Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности 9 класс».М.Просвещение. 2011
2. Г.А. Колодницкий, В.Н. Латчук «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по Основам безопасности жизнедеятельности». М., «Дрофа», 2001г.
3. М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, «Основы безопасности жизнедеятельности 9 класс». М., «Астрель», 2006г.
4. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин «Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности», М., «Просвещение», 2001г.

Дополнительная литература

1. С.В. Баленко «Школа выживания», М., «Эксмо», 1992г.
2. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова «Основы медицинских знаний», М., «Астрель»,2005г.
3. В.Д. Зазулинский «Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях», М., «Экзамен», 2006г.
4. В.Н. Латчук, В.В. Марков, М.П. Фролов «Дидактические материалы ОБЖ 5-9 классы», М., «Дрофа», 2000г.
5. В.И. Мишин «Настольная книга учителя основ безопасности», М., «Астрель», 2002г.
6. А.Т. Смирнов «ОБЖ 9 класс. Поурочные планы по учебнику А.Т. Смирнова и др.», Волгоград, «Корифей», 2006г.
7. В.П. Ситников «Что делать в экстремальных ситуациях», М., «Эксмо», 2004 г.Основное содержание программы.

Учебники:

- Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 5 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2000. – 160 с. : ил.
- Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 6 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 160 с. : ил.
- Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 7 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 157 с. : ил.
- Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 8 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2001. – 155 с. : ил.
- Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 9 класс / Смирнов А.Т., Фролов М. П. и др. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 315 с. : ил

