


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Яблоновская средняя общеобразовательная школа
Корочанского района Белгородской области»

<p>«Рассмотрено» Руководитель МО <i>С.Г. Зайцева</i> Зайцева С.Г. Протокол № <u>6</u> от « <u>18</u> » <u>06</u> 2019 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора школы МБОУ «Яблоновская СОШ» <i>Тюрина Е.А.</i> Тюрина Е.А. « <u>19</u> » <u>06</u> 2019 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МБОУ «Яблоновская СОШ» <i>А.И. Дихачева</i> Дихачева А.И. Приказ № _____ от « <u>19</u> » <u>06</u> 2019г.</p> 
---	---	---

Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Основы безопасности жизнедеятельности»
на уровень основного общего образования

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее – ОБЖ) для 5-7 классов (далее – Рабочая программа) составлена на основе авторской образовательной программы под редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-7 классов общеобразовательных учреждений, (авторы А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов, В. А. Васнев. Москва, издательство «Просвещение», 2010 г.).

Программа рассчитана на 34 часа из расчёта 1 час в неделю с 5 по 7 класс.

Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные федеральным и региональным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса.

В основу содержания программы положена идея полицентризма опасных и вредных факторов, а также идея предметной интеграции. Элементы содержания других общеобразовательных областей, одновременно являющиеся фрагментами образовательной области ОБЖ и подлежащие чёткой взаимосвязи с интегрирующим курсом, рассматриваются: в естествознании, обществознании, технологии, физической культуре, математике и информатике и др. предметная интеграция в программе способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте и предмете, усилению развивающей и культурной составляющей курса, а также рациональному использованию учебного времени.

Рабочая программа для учащихся 5-7 классов МБОУ «Яблоновская СОШ» предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
- использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
- участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;
- поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
- оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;
- умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;
- осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.

Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке, для этого используются контрольные вопросы, разработанные к каждому уроку. По форме он может быть *устный, письменный, индивидуальный, групповой*, проводиться с использованием дидактических материалов (тесты, билеты, компьютерные программы), ТСО или без них.

Итоговые занятия проводятся с использованием тестовых заданий.

Цели и задачи программы обучения:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ).
2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью.
3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.

Учебно-методическое обеспечение

- Программа для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» под руководством А. Т. Смирнова, Москва, Просвещение, 2010 год.

- учебник 5 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2010 г.), включённый в федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях;

- учебник 6 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2010 г.), включённый в федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях;

- учебник для 7 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2008 г.), включённый в федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях;

Требования к уровню подготовки учащихся

Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Рубрика **«Знать/понимать»** включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Рубрика **«Уметь»** включает требования, основанные на более сложных видах деятельности, в том числе творческой: анализировать и оценивать, действовать, использовать, соблюдать и т.д.

В рубрике **«Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни»** представлены требования, нацеленные на обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Требования разработаны на основании Госстандарта по ОБЖ в соответствии с обязательным минимумом и служат основой для разработки и осуществления контроля качества образования по ОБЖ для государственной аттестации выпускников образовательных учреждений.

По окончании 5 класса учащийся должен:

Знать/понимать:

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: правила безопасного поведения до и время опасных природных явлений; меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

Уметь:

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;

- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

По окончании 6 класса учащийся должен:

Знать/понимать:

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;

- способы безопасного поведения в природной среде: правила безопасного поведения до и время опасных природных явлений; меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

Уметь:

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

По окончании 7 класса учащийся должен:

Знать/понимать:

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: правила безопасного поведения до и вовремя опасных природных явлений; меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

Уметь:

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Распределение учебного времени
по разделам и темам программы ОБЖ**

5 класс

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Количество часов	
		Раздел	Тема
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	22	
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	22	
1	Человек, среда его обитания, безопасность человека		5
2	Опасные ситуации техногенного характера		6
3	Опасные ситуации природного характера		2
4	Опасные ситуации социального характера		3
5	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера		6
<i>Итоговое задание</i>			

М-II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	13	
<i>Р-III</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	5	
6	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни		3
7	Факторы, разрушающие здоровье		2
<i>Р-IV</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	8	
8	Первая медицинская помощь и правила ее оказания		7
Всего часов		34	

Календарно-тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Наименование раздела и тем	Часы учеб- ного времени	Дата проведения		При- ме- чание
			по плану	по факту	
	РАЗДЕЛ 1. Основы комплексной безопасности	22			
	<i>Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека</i>	5			
1	Город как среда обитания	1			

	Цели и задачи предмета ОБЖ				
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1			
3	Особенности природных условий в городе	1			
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	1			
5	Основы безопасности жизнедеятельности человека	1			
	Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера	6			
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения Практическое занятие	1			
7	Пешеход. Безопасность пешехода	1			
8	Пассажир. Безопасность пассажира	1			
9	Водитель	1			
10	Пожарная безопасность	1			
11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1			
	Тема 3. Опасные ситуации природного характера	2			
12	Погодные условия и безопасность человека	1			
13	Безопасность на водоемах	1			
	Тема 4. Опасные ситуации социального характера	3			

14	Криминогенные ситуации и личная безопасность	1			
15	Обеспечение личной безопасности дома	1			
16	Обеспечение личной безопасности на улице	1			
	Тема 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	6			
17	Чрезвычайные ситуации природного характера	1			
18	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1			
19	Общие правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (практические занятия)	1			
20	Практическое занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера	1			
21	Практическое занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера	1			
22	Практическое занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера	1			
	РАЗДЕЛ 3. Основы здорового образа жизни	5			

	Тема 6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3			
23	О здоровом образе жизни	1			
24	Двигательная активность и закаливание организма — необходимое условие укрепления здоровья	1			
25	Рациональное питание. Гигиена питания. Тестирование.	1			
	Тема 7. Факторы, разрушающие здоровье	2			
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	1			
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1			
	РАЗДЕЛ 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	8			
	Тема 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания	7			
28	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	1			
29	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	1			
30	Оказание первой медицинской помощи при ушибах (практическое занятие)	1			
31	Практическое занятие. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах (практическое занятие)	1			

32	Практическое занятие. Оказание первой медицинской помощи при носовом кровотечении	1			
33	Первая медицинская помощь при отравлениях (практическое занятие)	1			
34	Итоговое задание Тестирование	1			

**Распределение учебного времени
по разделам и темам программы ОБЖ
6 класс**

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Количество часов	
		Раздел	Тема
М-1	Основы безопасности личности, общества и государства	25	
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	25	
1	Подготовка к активному отдыху на природе		6

2	Активный отдых на природе и безопасность		5
3	Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности		6
4	Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в		4
5	Опасные ситуации в природных условиях		4
<i>Итоговое задание</i>			
М-II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10	
<i>Р-IV</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>		4
6	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях		4
<i>Р-III</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	6	
7	Здоровье человека и факторы, на него влияющие		5
Всего часов			34

Календарно-тематическое планирование 6 класс

№		Часы учеб-	Дата проведения		При- ме-
			по	по	

п/п	Наименование раздела и тем	ного времени	плану	факту	чание
	Раздел 1. Основы комплексной безопасности	25			
	<i>Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе</i>	6			
1	Природа и человек	1			
2	Ориентирование на местности	1			
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	1			
4	Подготовка к выходу на природу	1			
5	Определение места для бивака и организация бивачных работ	1			
6	Определение необходимого снаряжения для похода.	1			
	<i>Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность</i>	5			
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1			
8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	1			
9	Подготовка и проведение лыжных походов	1			
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1			
11	Велосипедные походы и безопасность	1			

	туристов.				
	Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности	6			
12	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	1			
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1			
14	Акклиматизация в горной местности	1			
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1			
16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1			
17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	1			
	Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде	4			
18	Автономное существование человека в природе	1			
19	Добровольная автономия человека в природной среде	1			
20	Вынужденная автономия человека в природной среде	1			
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1			

	Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях	4			
22	Опасные погодные явления	1			
23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1			
24	Укусы насекомых и защита от них	1			
25	Клещевой энцефалит и его профилактика	1			
	Раздел 4. Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни	4			
	Тема 6. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	4			
26	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1			
27	Оказание первой медицинской помощи при травмах	1			
28	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге	1			
29	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых.	1			
	Раздел 3. Основы здорового образа жизни	6			
	Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие	5			
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1			

31	Компьютер и его влияние на здоровье	1			
32	Влияние неблагоприятной окружающей и социальной среды на здоровье человека	1			
33	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека	1			
34	Итоговое задание . Тестирование	1			

**Распределение учебного времени
по разделам и темам программы ОБЖ**

7 класс

№ раздел а и	Наименование раздела и темы	Количество часов	
		Раздел	Тема
М-I	Основы безопасности личности, общества и государства	24	
<i>Р-I</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	16	
1	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера		3
2	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия		4
3	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия		2
4	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия		4
5	Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия		3
<i>Р-II</i>	<i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i>	8	
2	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения		3
3	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения		1
4	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения		3
5	Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита населения		1
М-II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	11	
<i>Р-III</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	7	
6	Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека		7
<i>Р-IV</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	4	
7	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях		3
Всего часов			34

Календарно-тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Наименование раздела и тем	Часы учеб ного времени	Дата проведения		При- ме- чание
			по плану	по факту	
	Раздел 1. Основы комплексной безопасности	<i>16</i>			
	<i>Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</i>	<i>3</i>			
1	Различные природные явления и причины их возникновения	1			
2	Общая характеристика природных явлений	1			
3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.	1			
	<i>Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия</i>	<i>4</i>			
4	Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия	1			
5	Правила безопасного поведения населения при землетрясении	1			
6	Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле	1			
7	Обвалы и снежные лавины	1			
	<i>Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия</i>	<i>2</i>			
8	Ураганы и бури, причины их	1			

	возникновения, возможные последствия				
9	Смерчи.	1			
	Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия	4			
10	Наводнения. Виды наводнений и их причины	1			
11	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения	1			
12	Сели и их характеристика	1			
13	Цунами и их характеристика	1			
	Тема 5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия	3			
14	Лесные и торфяные пожары и их характеристика	1			
15	Эпидемии	1			
16	Эпизоотии и эпифитотии	1			
	Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	8			
	Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения	3			
17	Защита населения от последствий землетрясений	1			
18	Последствия извержения вулканов.	1			

	Защита населения				
19	Оползни, их последствия, защита населения	1			
	<i>Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения</i>	1			
20	Защита населения от последствий ураганов и бурь	1			
	<i>Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения</i>	3			
21	Защита населения от последствий наводнений	1			
22	Защита населения от последствий селевых потоков	1			
23	Защита населения от цунами	1			
	<i>Тема 5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита населения</i>	1			
24	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения	1			
	Раздел 3. Основы здорового образа жизни	7			
	<i>Тема 6. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</i>	7			
25	Психологическая уравновешенность	1			
26	Стресс и его влияние на человека	1			
27	Анатомо-физиологические	1			

	особенности человека в подростковом возрасте				
28	Формирование личности подростка при взаимоотношениях со взрослыми	1			
29	Формирование личности во взаимоотношениях со сверстниками	1			
30	Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола	1			
31	Взаимоотношение подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.	1			
	Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	4			
	<i>Тема 7. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</i>	3			
32	Общие правила оказания первой медицинской помощи	1			
33	Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении	1			
34	Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах Общие правила транспортировки пострадавшего. Итоговое задание.	1			

Содержание программы учебного предмета ОБЖ

5 класс

Раздел I.

Безопасность и защита человека в опасных ситуациях

1. Человек, среда его обитания, безопасность человека Город как среда обитания

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей.

Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе.

Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике.

Особенности природных условий в городе.

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

Социальные условия проживания в городе.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком.

Основы безопасности жизнедеятельности человека.

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

2. Опасные ситуации техногенного характера

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход. Безопасность пешехода

Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир. Безопасность пассажира

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Требование безопасности при катании на роликах и скейтбордах. Экипировка катающихся.

Основные понятия и термины правил дорожного движения Регулирование дорожного движения.

Безопасность велосипедиста. Дорожные знаки (предупреждающие, информационные, знаки особых предписаний).

Пожарная безопасность.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.

Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

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

3. Опасные ситуации природного характера Метеоусловия и безопасность человека

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении и во время опасных природных явлений.

Безопасность на водоемах

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

4. Опасные ситуации социального характера

Ситуации криминогенного характера и личная безопасность

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

Обеспечение личной безопасности дома

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Обеспечение личной безопасности на улице

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Раздел II.

Чрезвычайные ситуации

5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Чрезвычайные ситуации природного характера

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их

последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах; аварии на пожаро-взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Практические занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации.

Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности.

Раздел III.

Основы здорового образа жизни

6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни О здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основное составляющее здорового образа жизни.

Двигательная активность и закаливание организма - необходимые условия укрепления здоровья

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.

Рациональное питание. Гигиена питания

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

Вредные привычки и их влияние на здоровье человека

Здоровый образ жизни, вредные привычки и их профилактика

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств.

Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье.

Курение

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. Как уберечь себя от курения.

Употребление алкоголя

Алкоголь - наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность.

Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

Обсуждаемые вопросы

1. Влияние курения и употребления спиртных напитков на развитие человека, на его физические и умственные способности.
2. Почему курение и употребление спиртных напитков несовместимо с занятиями физической культурой и спортом?
3. Как подготовить себя и твердо сказать «нет!», когда предлагают сигарету или спиртное.

Раздел IV.

Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания Первая медицинская помощь при различных видах повреждений

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую медицинскую помощь, правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении (практические занятия)

Последовательно отрабатываются навыки в оказании первой медицинской помощи:

- при ушибах;
- при ссадинах;
- при носовом кровотечении.

Первая медицинская помощь при отравлении (практические занятия).

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении:

медикаментами;

препаратами бытовой химии;

кислотами;

щелочами;

никотином;

угарным газом.

Содержание программы учебного предмета ОБЖ

6 класс

Раздел I. Безопасность человека в природных условиях

1. Подготовка к активному отдыху на природе

Природа и человек. Общение с живой природой — естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре.

Определение необходимого снаряжения для похода.

2. Активный отдых на природе и безопасность

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов. Движение по склонам. Преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы. Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедных походах.

3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату. Акклиматизация в горной местности. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видом транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта.

4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

5. Опасные ситуации в природных условиях.

Опасные погодные условия и способы защиты от них. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие

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.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

Содержание программы учебного предмета ОБЖ

7 класс

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

Различные природные явления и причины их возникновения.

Оболочка Земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Географическая оболочка Земли. круговорот веществ и энергии в географической оболочке. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического, метеорологического, гидрологического, биологического и космического происхождения, их характеристика, возникновение опасности для жизнедеятельности человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения.

Опасная ситуация, стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация, общие понятия и определения. Чрезвычайные ситуации природного характера.

Раздел II. Чрезвычайные ситуации природного характера

2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.

Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения.

Очаг, магнитуда, эпицентр, интенсивность землетрясения. Определение интенсивности землетрясения, возможные последствия землетрясения.

Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика.

Защита населения от последствий землетрясений. Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений в рамках задач, решаемых РСЧС. Прогнозирование землетрясений. Определение наиболее сейсмоопасных районов на территории страны. Разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений, а также защиты от воздействия сейсмических волн. Организация оповещения населения. Обучение населения правилам

безопасного поведения в сейсмоопасных районах. Организация аварийно-спасательных работ.

Правила безопасного поведения населения при землетрясении. Общие меры безопасности для населения, проживающего в сейсмоопасных районах. Правила поведения во время землетрясения в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе и др.

Правила безопасного поведения после землетрясения. Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Вулканы, места их образования, причины извержения вулканов. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие вулканы. Предвестники извержения вулканов. Последствия извержения вулканов.

Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков, выпадение твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи, выделение вулканических газов.

Организация защиты населения от последствий извержения вулканов.

Оползни, причины их возникновения. Классификация оползней по занимаемой ими площади.

Последствия оползней. Организация защиты населения от последствий оползней.

Рекомендации населению по действиям при угрозе возникновения оползня.

Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия. Организация защиты населения от последствий обвалов и снежных лавин. Общие рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин.

3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны, их строение, скорость перемещения; циклоны — причина возникновения ураганов и бурь.

Последствия ураганов и бурь. Характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра. Воздействие ветра на окружающую среду.

Мероприятия, проводимые в рамках задач, решаемых РСЧС, по защите населения от последствий ураганов и бурь.

Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосферы. Прогноз возникновения циклонов, их перемещения и возможные последствия. Осуществление заблаговременных и оперативных мероприятий. Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получении штормового предупреждения о приближении урагана (бури).

Смерч, основные понятия и определения Характеристика смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время смерча

4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения

Наводнения, виды наводнений и их причины

Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения.

Наводнения, связанные со стоком воды во время половодья Наводнения, формируемые за счет паводка. Наводнения, вызываемые заторами и зажорами в руслах рек. Наводнения, связанные с ветровыми нагонами воды.

Возможные последствия наводнений

Основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения, организация эвакуации и спасательных работ, подготовка населения к действиям при угрозе и во время наводнения.

Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.

Сели и их характеристика, причины возникновения селей. Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах.

Цунами. Общая характеристика цунами, причины их возникновения, возможные последствия. Организация защиты населения от последствий

цунами Подготовка населения к безопасному поведению при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация лесных пожаров Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды.

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения от лесных пожаров.

Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу.

Инфекционные болезни человека, причины их возникновения. Классификация инфекционных болезней по способу передачи инфекции от больного человека к здоровому.

Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Эпидемиологический процесс и факторы, его определяющие

Противоэпидемические мероприятия и защита населения.

Характеристика некоторых наиболее распространенных инфекционных заболеваний и их профилактика

Комплекс мероприятий, проводимых для защиты населения от массовых инфекционных заболеваний. Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.

Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

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

Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей.

Общие понятия и определение стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного синдрома. Влияние стресса на состояние здоровья человека. Содержание общих принципов борьбы со стрессом

Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

Особенности развития организма человека в подростковом возрасте. Физическое развитие, индивидуальные особенности внешнего облика человека. Различия в развитии мальчиков и девочек. Соблюдение правил личной гигиены в подростковом возрасте

Особенности психического развития человека в подростковом возрасте.

Перестройка, происходящая в центральной нервной системе подростка, и формирование личности человека. Формирование основных качеств взрослого человека.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со взрослыми

Значение правильного общения со взрослыми, особенно с родителями, для социального развития человека в подростковом возрасте. Конфликтные ситуации, которые могут возникнуть при общении подростка с родителями, и основные способы их разрешения. Умение слушать собеседника.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со сверстниками. Рост потребности общения со сверстниками, пути достижения признания среди сверстников. Возможные конфликтные ситуации при общении со сверстниками, основные пути их разрешения. Личные качества, обеспечивающие более тесное общение со сверстниками

Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола.

Факторы, определяющие развитие взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Формирование социально значимых качеств для установления правильного взаимоотношения со сверстниками

противоположного пола. Духовная и социальная зрелость и ее значение в определении стиля своего поведения с лицами противоположного пола

Взаимоотношения подростка и общества
Ответственность несовершеннолетних.

Значение правового воспитания для социального развития подростка
Правонарушения, совершаемые подростками, и их основные причины.
Уголовная ответственность несовершеннолетних, предусмотренная Уголовным кодексом Российской Федерации.

7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия)

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи
Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи. Когда необходимо вызывать «скорую помощь».

Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении.

Первая медицинская помощь при незначительных ранах.

Первая медицинская помощь при сильном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при артериальном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при венозном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавшего.

Формы и средства контроля

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- семинары и круглые столы;
- индивидуальные консультации;
- внеклассная и внешкольная работа (участие во Всероссийской олимпиаде по ОБЖ, мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности» и «Безопасное колесо», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по

ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2. Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в целом соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3. Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

Учебно-методические средства обучения

1. Журнал «ОБЖ»
2. Игровые классные часы. Правила пожарной безопасности(5 – 11 классы)/ Е.Н. Дубровская – М.: Педагогическое общество России, 2007.
3. Попова А. П. Поурочные разработки по ОБЖ 5 класс, М., ВАКО, 2008
4. Программа для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» под руководством А. Т. Смирнова, Москва, Просвещение, 2010 год.
5. Учебник: ОБЖ: 5 -й кл.: учебник для общеобразовательных учреждений /М. «Просвещение», 2010. .А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников., под общей редакцией А.Т. Смирнова, 172 с., ил.
6. Учебник: ОБЖ: 6 -й кл.: учебник для общеобразовательных учреждений ,Москва, «Просвещение», 2010. .А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников., под общей редакцией А.Т. Смирнова, 172 с., ил.
7. Учебник: ОБЖ: 7 -й кл.: учебник для общеобразовательных учреждений ,Москва, «Просвещение», 2009. .А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников., под общей редакцией А.Т. Смирнова, 172 с., ил.
8. Учебник: ОБЖ: 8 -й кл.: учебник для общеобразовательных учреждений ,Москва, «Просвещение», 2008. .А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников., под общей редакцией А.Т. Смирнова, 172 с., ил.
9. Учебник: ОБЖ: 9 -й кл.: учебник для общеобразовательных учреждений ,Москва, «Просвещение», 2010. .А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников., под общей редакцией А.Т. Смирнова, 172 с., ил.

