

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа № 1»

РАССМОТРЕНА
на методическом объединении
Протокол № 1 от 28.08.2017 г.

ПРИНЯТА
педагогическим советом
Протокол № 1 от 29.08.2017 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Основная
общеобразовательная школа № 1»
С. В. Вожик
Приказ № 1 от 01.09.2017 г.



**Рабочая программа
по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся 5-9 классов**

Составитель:
Усова О.В.

г. Новокузнецк

Содержание

№ п/п	Наименование раздела	Номер страницы
1.	Планируемые результаты освоения учебного предмета	3
2.	Содержание учебного предмета	5
3.	Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.	13

Рабочая программа учебного предмета **«Основы безопасности жизнедеятельности»** для обучающихся 5-9 классов составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО, на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Основная общеобразовательная школа № 1», а также с учетом программ, включенных в ее структуру.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Личностные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать:

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметными результатами освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать:

- 1) умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ -компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Изучение предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должно обеспечить:

физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;

формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;

понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

овладение основами современной культуры безопасности жизнедеятельности, понимание ценности экологического качества окружающей среды как естественной основы безопасности жизни;

понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения;

развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях;

установление связей между жизненным опытом обучающихся и знаниями из разных предметных областей.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать:

Основы безопасности жизнедеятельности

1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

4) понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

5) понимание необходимости обороны государства и подготовки граждан к военной службе;

6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

10) знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

11) умение оказать первую помощь пострадавшим;

12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

5 класс (35 ч.)

Основы безопасности жизнедеятельности. Личная безопасность в повседневной жизни.

Раздел 1. Введение. Значение и задачи курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (3 ч.)

Безопасность, опасная и экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, виды чрезвычайных ситуаций (техногенная, социальная, природная). Понимание необходимости и важности обеспечения личной и общественной безопасности.

Понятие «правило безопасного поведения». Понимание важности соблюдения правил безопасности в повседневной жизни. Понимание последствий невыполнения правил безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни.

Раздел 2. Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности. (1 ч.)

Службы, защищающие население: полиция пожарная охрана, скорая медицинская помощь, аварийная газовая служба, спасатели (МЧС), поисково-спасательная служба (ППС). Телефоны специальных служб защиты населения: «01», «02», «03», «04». Система вызова экстренных служб по единому номеру «112». Оповещение населения, виды сигналов оповещения.

Раздел 3. Опасные ситуации в повседневной жизни. Особенности жизни в городе и других населенных пунктах. Опасные и аварийные ситуации в жилище. Необходимые меры безопасности в повседневной жизни. Правила безопасного поведения в быту. (9 ч.)

Безопасность в быту. Зависимость существования человека от городской инфраструктуры.

Технические аварии в системах жизнеобеспечения: в канализационной системе, затопление помещений; разрушение зданий; нарушение газоснабжения, теплоснабжения, электроснабжения. Причины возникновения аварий и опасных ситуаций в повседневной жизни, пути их устранения и предотвращения.

Возгорание. Источники возгорания. Горение. Самовоспламенение. Пожар и его опасные спутники. Причины возгорания и пожара, человеческий фактор. Последствия пожара. Оповещение при пожаре и правила эвакуации. Способы эвакуации. Правила поведения в задымленном помещении. Правила пожарной безопасности в жилище.

Опасные вещества в быту. Ядовитые газы. Химические удобрения. Бытовая химия. Ртуть. Лекарства. Непригодные для употребления продукты питания. Санитарно–гигиенические нормы. Отравления и первая доврачебная помощь.

Раздел 4. Опасные ситуации на дорогах и на транспорте. Правила дорожного движения. (7 ч.)

Дорога и ее элементы. Дорожные знаки. Одностороннее и двустороннее движение. Тротуар. Проезжая часть. Перекресток. Участники дорожного движения. Правила пешеходов. Транспорт и его виды.

Безопасность в общественном и личном транспорте. Особенности железнодорожного транспорта и правила поведения на железной дороге. Правила поведения на водном транспорте, на воздушном судне.

Раздел 5. Опасные ситуации социального характера. (3 ч.)

Криминогенные ситуации в населенных пунктах. Социально-бытовые виды опасности: хулиганство, кражи, мошенничество, конфликты на почве алкоголизма и наркомании. Рекомендации, как их уменьшить вероятность возникновения криминальной ситуации.

Террористический акт. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета, при взрыве и при захвате заложников.

Раздел 6. Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие. (4 ч.)

Экология. Влияние человека на природную среду. Загрязнение окружающей среды. Источники загрязнения. Роль промышленных предприятий и транспорта в загрязнении окружающей среды. Сохранение водных и почвенных ресурсов. Вещества, загрязняющие воздушную среду. Мероприятия, проводимые по защите водной, почвенной и воздушной среды. Окружающая среда и здоровье человека. Безопасность пищевых продуктов.

Раздел 7. Безопасное поведение в населенном пункте, городе (3 ч.)

Массовые мероприятия в городе, толпа, паника. Поведение человека в толпе. Природные и опасные явления в городе: гололед и гололедица, штормовой и ураганный ветер.

Безопасность на водоемах. Правила поведения на льду замершего водоема. Оказание помощи человеку, попавшему в воду. Правила безопасности при купании в водоемах. Безопасный отдых на берегу водоема.

Раздел 8. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (5 ч.)

Понятие первой доврачебной помощи. Важность первой доврачебной помощи для спасения человека. Знакомство с правилами первой доврачебной помощи. Понятия рана, кровотечение, виды кровотечений. Правила остановки кровотечения. Правила обработки раны. Ожоги: термические, химические. Первая помощь при ожогах.

Понятие здоровья. Значение здоровья для человека. Главные правила здорового образа жизни. Режим дня. Влияние внешней среды на здоровье человека: шумовое загрязнение, техника безопасности при пользовании персональным компьютером и телевизором.

6 класс (35 ч.)

Основы безопасности личности, общества. Основы комплексной безопасности. Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях.

Раздел 1. Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее. (3 ч.)

Понятия «опасные ситуации» и «экстремальные ситуации». Причины возникновения опасных и экстремальных ситуаций на отдыхе, в туристическом походе. Необходимость объективной оценки опасной ситуации, чтобы предотвратить перерастание ее в экстремальную. Подготовленность человека при автономном существовании в природе: психологическая, физическая, материальная.

Природа и человек. Подготовка к активному отдыху на природе. Потенциально опасные факторы: природные, техногенные, социальные. Факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией. Алгоритм первых действий в экстремальной ситуации.

Необходимое снаряжение для краткосрочного и продолжительного многодневного отдыха. НАЗ (носимый аварийный запас).

Раздел 2. Пребывание человека в различных климатических условиях. (2 ч.)

Акклиматизация. Реакклиматизация. Особенности акклиматизации в различных природных условиях: жаркого, холодного климата, в северных районах и горной местности. Правила успешной акклиматизации.

Раздел 3. Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде (15 ч.)

Правила поведения в условиях автономного существования в природной среде.

Ориентирование на местности. Ориентиры: шум железной дороги, автодороги; реки и ручьи; просеки; элементы рельефа местности, Солнце, звезды и созвездия. Ориентирование по местным признакам. Ориентирование с помощью компаса. Стороны света. Азимут. Способы подачи сигналов бедствия.

Правила поведения при аварии транспортного средства.

Устройство временных укрытий. Летние и зимние виды убежищ. Выбор места. Виды временных укрытий.

Место для костра. Типы костров и очаги. Виды топлива. Разжигание костра. Теория разведения огня без спичек. Спички и НАЗ. Сохранение огня.

Обеспечение бытовых потребностей. Изготовление посуды, веревок и рюкзака из подручных средств. Природные средства, используемые для личной гигиены. Уход и бережение одежды и обуви. Добывание пищи. Растительная и животная пища. Добывание питьевой воды.

Безопасность при прохождении по местности. Правила переправы через реки. Правила передвижения в горах, в лавиноопасных и камнепадных районах, по заболоченной местности.

Раздел 4. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях. (10 ч.)

Общие принципы оказания самопомощи. Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему. Правила оказания первой доврачебной помощи.

Аптечка. Природные лекарственные средства. Замена промышленных лекарственных средств природными.

Травмы. Потертости и мозоли. Ссадины и порезы. Ожоги. Помощь при потертостях, мозолях, ссадинах, порезах и ожогах. Ушибы, Растяжения и разрывы связок, переломы, вывихи. Наложение шин. Укусы насекомых, паукообразных. Укусы змей, бешенных животных. Отравление. Оказание первой помощи при укусах и отравлениях. Первая помощь при утоплении. Основные приемы реанимации: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Тепловые и солнечные удары. Обморожение. Поражение молнией. Правила поведения, позволяющие избежать теплового, солнечного ударов, обморожения, поражения молнией, и оказание помощи.

Раздел 5. Практические занятия. (2 ч.)

Переноска пострадавших без носилок. Вязание узлов. Приемы переноски пострадавших.

Основные узлы, необходимые для привязывания тента, для страховки человека, для связывания веревок, для привязывания крючка к леске и т.д.

Раздел 6. Здоровый образ жизни. (3 ч.)

Личная гигиена. Правильное питание – основа здорового образа жизни. Гигиеническое значение белков, жиров, углеводов. Профилактика заболеваний человека. Особенности подросткового возраста.

7 класс (35ч)

Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека.

Раздел 1. Введение. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий. (20 ч.)

Опасные ситуации, чрезвычайные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС). Задачи РСЧС. Система мер защиты населения от различных ЧС.

ЧС природного характера. Классификация опасных природных явлений.

Наводнения и причины их возникновения. Классификация наводнений: по повторяемости, по

размерам и по наносимому ущербу, а также по площади затопления, продолжительности затопления, скорости подъема уровня воды. Поражающие факторы наводнений и их последствия. Мероприятия по защите от наводнений.

Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения. Основные понятия и классификация этих метеорологических явлений. Поражающие факторы опасных метеорологических явлений и их последствия. Мероприятия по защите от опасных метеорологических явлений. Правила поведения при поступлении сообщения о приближении опасного метеорологического явления.

Землетрясения и причины их возникновения. Типы землетрясений. Основные характеристики землетрясений. Сейсмические области мира и территории РФ. Поражающие факторы землетрясений и их последствия. Мероприятия по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения.

Цунами и причины их возникновения. Оценка силы цунами. Поражающие факторы цунами и их последствия. Возможные травмы людей при цунами, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека. Мероприятия по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время цунами. Прогнозы цунами.

Обвалы, оползни, сели и причины их возникновения. Характеристики обвалов по мощности, по масштабу. Условия возникновения опасных геологических явлений. Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия. Возможные травмы людей при проявлении опасных геологических явлений, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека. Мероприятия по защите от опасных геологических явлений. Действия населения при угрозе и во время обвалов, оползней и селей. Прогнозы оползней, обвалов и селей.

Лесные, торфяные пожары и причины их возникновения. Характеристики пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров. Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров. Возможные травмы людей при лесных и торфяных пожарах, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека. Мероприятия по защите от пожаров. Действия населения при угрозе и во время пожаров. Правила поведения при обнаружении очагов возгорания в лесу. Методы борьбы с пожарами. Противопожарная профилактика.

Раздел 2. Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека (2 ч.)

Терроризм и безопасность человека. Обнаружение подозрительного предмета. Диверсия. Похищение. Захват транспортных средств. Уголовные преступления. Паника. Паника в толпе. Психология толпы. Правила поведения в криминогенных ситуациях.

Раздел 3. Дорожное движение и безопасность человека (4 ч.)

Дорога и ее элементы. Участники дорожного движения. Дорожно-транспортное происшествие. Транспорт. Знаки дорожного движения. Рекомендации поведения пешехода на дороге зимой и в темное время суток. Пассажир. Движение во дворах и жилых зонах.

Раздел 4. Оказание первой помощи (7 ч.)

Понятие «рана». Типы ран. Причины, вызывающие появление ран. Первоначальная обработка раны. Правила наложения бинтовых повязок. Первая помощь при переломах конечностей. Шина. Правила наложения шины. Тепловые и солнечные удары. Первая помощь. Обморожение. Правила поведения, позволяющие избежать теплового, солнечного удара и обморожения.

Раздел 5. Основы здорового образа жизни (2 ч.)

Человек и его здоровье. Понятие «здоровье». Здоровый образ жизни. Рациональное и нерациональное питание. Витамины и их роль в организме человека. Режим дня. Физическая нагрузка. Понятие «усталость». Факторы, разрушающие здоровье. Понятие «привычка».

Вредные привычки.

8 класс (35 ч.)

Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера. Безопасность и защита человека.

Раздел 1. Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий. (3 ч.)

Техносфера. Проблема увеличения техногенных аварий и катастроф. Законы Российской Федерации «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об охране окружающей среды», «О радиационной безопасности» и др.

Основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера.

Источники ЧС техногенного характера и их последствия. Общие представления о причинах, приводящих к ЧС техногенного характера.

Виды аварий и катастроф, могущих повлечь возникновение ЧС техногенного характера.

Основные причины и стадии развития техногенных происшествий. Роль человека в формировании опасной техногенной ситуации.

Раздел 2. Пожары и взрывы (6 ч.)

Понятие «возгорание», «горение», «окислитель», «горючее вещество», «источник воспламенения», «пожар», «огненный шторм», «взрывоопасный объект». Признаки наличия взрывных устройств.

Условия и причины возникновения пожаров и взрывов. Последствия пожаров и взрывов.

Поражающие факторы пожара и взрыва. Вторичные последствия пожара и взрыва. Разбор и анализ реальных событий.

Правила безопасного поведения при пожаре и угрозе взрыва. Противопожарная безопасность.

Раздел 3. Аварии с выбросом опасных химических веществ (6 ч.)

Химически опасный объект (ХОО). Аварийно-химически опасные вещества (АХОВ).

Потенциально-опасные химические объекты. Характеристики АХОВ и их поражающие факторы. Химические вещества, используемые в повседневной жизни.

Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Зона химического заражения. Классификация последствий аварии на ХОО. Разбор и анализ реальных событий.

Правила поведения и защитные меры при авариях на ХОО. Средства индивидуальной защиты. Средства коллективной защиты.

Первая помощь пострадавшим от АХОВ. Ожоги кислотой и щелочью.

Раздел 4. Аварии с выбросом радиоактивных веществ (5 ч.)

Понятия «радиоактивность», «естественная радиоактивность», «ионизирующее излучение», «радиоактивные изотопы», «период полураспада». Ядерное оружие. Ядерная энергетика.

Атомные электростанции в России и мире. Системы переработки ядерного сырья и отходов. Будущее атомной энергетике.

Радиационно опасный объект. Радиационные аварии и их классификация. Последствия облучения человека и других живых организмов. Характеристика очагов поражения. Разбор и анализ реальных событий. Средства индивидуальной защиты. Первая помощь пострадавшим от радиоактивного излучения.

Раздел 5. Гидродинамические аварии (4 ч.)

Гидродинамические аварии и гидротехнические сооружения. Искусственные и естественные плотины. Водохранилища. Причина и виды гидродинамических аварий. Разбор и анализ

реальных событий. Саяно-Шушенская ГЭС. Первичные и вторичные поражающие факторы. Меры по защите населения от последствий гидродинамических аварий. Правила поведения при угрозе и во время проявления аварии.

Раздел 6. Нарушение экологического равновесия (6 ч.)

Экология. Экологическая обстановка. Благоприятные и неблагоприятные экологические условия. Факторы, влияющие на экологическое состояние окружающей среды человека. Экологическая безопасность. Экологическая система. Экологический кризис. Экологическая катастрофа. Разбор и анализ реальных событий.

Биосфера и человек. Человек – основная геологообразующая сила планеты. Загрязнение атмосферы. Загрязнение почв. Загрязнение природных вод. Характеристика экологической обстановки в России, в Кузбассе. Возобновляемые и невозобновляемые природные ресурсы.

Раздел 7. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила безопасного поведения. Безопасное поведение на улицах и дорогах. (5 ч.)

Безопасное поведение на улицах и дорогах. Правила дорожного движения для велосипедистов. Уход за велосипедом. Мотовелосипед и мопед (скутер). Мотоцикл. Правила пользования и движения. Водитель - главный участник движения. «Правила дорожного движения Российской Федерации». Правила проезда регулируемых и нерегулируемых перекрестков.

Дорожно-транспортное происшествие. Безопасность на транспорте.

9 класс (35 ч.)

Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел 1. Культура безопасности жизнедеятельности (1 ч.)

Наиболее часто встречающиеся угрозы и опасности для жизни человека и окружающей среды. Влияние человека на окружающую природную среду. Влияние человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности населения. Законы РФ: «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об охране окружающей среды», «О радиационной безопасности», «О гражданской обороне», «О пожарной безопасности» и др.

Раздел 2. Национальная безопасность России в современном мире (5 ч.)

Геополитическое положение Российской Федерации. Экономика России – часть мировой экономики. Глобализация экономики, культуры. Результаты глобализации. Национальная безопасность, ее составные части. Анализ политической и экономической ситуации в мире. Финансово-экономические кризисы на современном этапе. Национальные интересы России на современном этапе и долгосрочные. Обеспечение национальной безопасности. Уровень жизни российских граждан. Здоровье граждан и здравоохранение. Рациональное природопользование. Экологическая безопасность. Культура.

Основные угрозы национальным интересам России и пути обеспечения безопасности.

Национальная оборона. Государственная и общественная безопасность.

Организация обороны РФ. Правовые основы обороны государства. Военная обязанность.

Защита Отечества. Призыв на военную службу. Альтернативная гражданская служба.

Военное положение. Военное время. Мобилизация. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Закон РФ «О воинской обязанности».

Раздел 3. Организация защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (9 ч.)

МЧС России – федеральный уполномоченный орган в сфере гражданской обороны (ГО) и чрезвычайных ситуаций.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

Законодательные, нормативные и правовые основы обеспечения безопасности. Закон Российской Федерации «О безопасности». Профилактика возникновения ЧС техногенного характера. Мониторинг и прогнозирование ЧС.

Гражданская оборона – составная часть обороноспособности России.

Ядерное оружие и его виды. Защита от ядерного оружия. Ядерное сдерживание.

Химическое оружие. Запрещение химического оружия.

Биологическое (бактериологическое) оружие. Поражающие средства: вирусы, грибки, токсины.

Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от ЧС мирного и военного времени.

Организация гражданской обороны на объекте экономики.

Основные мероприятия ГО по защите населения в мирное и военное время.

Защитные сооружения гражданской обороны. Инженерно-технические мероприятия гражданской обороны и предупреждения чрезвычайных ситуаций. Средства защиты.

Принцип устройства защитных сооружений.

Чрезвычайные ситуации мирного времени.

ЧС природного характера, их причины и последствия. Стихийные бедствия и опасные природные явления, представляющие потенциальный источник угроз человеку и хозяйству: геологические геокриологические, гидрометеорологические, процессы биогенного характера.

ЧС техногенного характера, их причины и последствия. Основные причины техногенных аварий и катастроф в РФ.

Мониторинг и прогнозирование ЧС. Система мониторинга. Мониторинг: глобальный, региональный и локальный. Сейсмические наблюдения и прогноз землетрясений.

Сейсмоопасные районы России. Мониторинг геологических процессов и подземных вод.

Мониторинг антропогенного воздействия на природную среду, водной среды водохозяйственных систем в местах водозабора и сброса сточных вод.

Раздел 4. Терроризм как угроза национальной безопасности Российской Федерации (3 ч.)

Терроризм и безопасность человека. Причины возникновения терроризма. Экстремизм.

Национализм. Основные правила поведения человека, ставшего заложником.

Международный терроризм и безопасность России. Субъект терроризма. Статистика международного терроризма. Опасность международного терроризма и его особенности.

Противодействие терроризму.

Раздел 5. Основы формирования здорового образа жизни (12 ч.)

Понятие о здоровье. Физическое здоровье человека.

Факторы, разрушающие здоровье человека. Табакокурение и его вред. Заболевания, связанные с табакокурением. Вред от пассивного курения. Закон Российской Федерации. «Об ограничении курения табака». Первая помощь при отравлении табаком.

Алкоголь и его вред. Заболевания, связанные с алкоголем. Алкоголь не помощник в решении проблем. Деградация человека. Алкоголизм. Социальные проблемы, вызванные алкоголизмом. Первая помощь при отравлении алкоголем.

Наркотики и их вред. Заболевания, связанные с наркотиками деградация человека.

Социальные проблемы, вызванные наркоманией.

Факторы, формирующие здоровье человека. Рациональное питание. Основы подбора продуктов питания (белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные вещества). Безопасные продукты.

Гигиена одежды. Искусственные и синтетические ткани.
 Занятия физической культурой. Физические упражнения и комфортное состояние здоровья.
 Аэробные и анаэробные упражнения. Правильность выполнения физических упражнений.
 Контроль дыхания и частоты сокращения сердечной мышцы. Правила безопасного выполнения физических упражнений.
 Туризм – вид активного отдыха. Адаптация к физическим нагрузкам. Акклиматизация и реакклиматизация. Акклиматизация в горной местности и в условиях жаркого и холодного климата. Туристское снаряжение. Правила разведения костра. Временные укрытия.

Раздел 6. Подведение итогов за курс ОБЖ основной школы (5 ч.)

Рекомендации специалистов МЧС по действиям в чрезвычайных ситуациях.
 Правила поведения при химической, радиационной, гидродинамической авариях. Правила поведения при аварии на транспорте; при внезапном обрушении здания; при пожаре и угрозе взрыва. Правила поведения во время землетрясения; при извержении вулкана; во время гололеда и гололедицы. Правила поведения при угрозе сильной метели и снежном заносе; во время жары; при сходе снежной лавины. Правила поведения во время грозы; во время наводнения; при оползне. Как действовать, если вы оказались рядом с очагом пожара в лесу, на торфянике. Как действовать при угрозе селевого потока. Правила поведения во время урагана, бури, смерча. Правила поведения при возгорании и пожарах в быту. Как действовать при утечке магистрального газа. Правила оказания помощи при разных видах травм. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Виды кровотечений и возможная первая помощь.

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс. 35 часов.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Введение. Значение и задачи курса «Основы безопасности жизнедеятельности»	3
2.	Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности.	1
3.	Опасные ситуации в повседневной жизни. Особенности жизни в городе и других населенных пунктах. Опасные и аварийные ситуации в жилище. Необходимые меры безопасности в повседневной жизни. Правила безопасного поведения в быту.	9
4.	Опасные ситуации на дорогах и на транспорте. Правила дорожного движения.	7
5.	Опасные ситуации социального характера.	3
6.	Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие.	4
7.	Безопасное поведение в населенном пункте, городе.	3
8.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	5
	итого	35ч.

Основы безопасности жизнедеятельности 6 класс. 35 часов.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
-------	------------------------	------------------

1.	Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее.	3
2.	Пребывание человека в различных климатических условиях.	2
3.	Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде.	15
4.	Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях.	10
5.	Практические занятия.	2
6.	Здоровый образ жизни.	3
	итого	35ч.

Основы безопасности жизнедеятельности 7 класс. 35 часов.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Введение. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий.	20
2.	Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека.	2
3.	Дорожное движение и безопасность человека.	4
4.	Оказание первой помощи.	7
5.	Основы здорового образа жизни.	2
	итого	35ч.

Основы безопасности жизнедеятельности 8 класс. 35 часов.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий.	3
2.	Пожары и взрывы.	6
3.	Аварии с выбросом опасных химических веществ.	6
4.	Аварии с выбросом радиоактивных веществ.	5
5.	Гидродинамические аварии.	4
6.	Нарушение экологического равновесия.	6
7.	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила безопасного поведения.	5
	итого	35ч.

Основы безопасности жизнедеятельности 9 класс. 35 часов.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Культура безопасности жизнедеятельности.	1
2.	Национальная безопасность России в современном мире.	5

3.	Организация защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	9
4.	Терроризм как угроза национальной безопасности Российской Федерации.	3
5.	Основы формирования здорового образа жизни.	12
6.	Подведение итогов за курс ОБЖ основной школы.	5
	итого	35ч.