

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Ачитская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы».

Приложение №2
к адаптированной основной
общеобразовательной программе
основного общего образования

Рабочая программа

Наименование предмета: **«Основы безопасности жизнедеятельности»**
Класс: **5 – 7 класс**

Пояснительная записка.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на улучшение собственного физического и психического здоровья; отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание курса включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Целью курса является формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими навыков сохранять жизнь и здоровье в повседневной жизни и в неблагоприятных и опасных условиях, умений оказывать само- и взаимопомощь.

Задачи:

- Изучение правил обеспечения безопасности на транспорте;
- Продолжение изучения правил пожарной безопасности, действий учащихся при пожаре;
- Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- Знакомство с мерами по профилактике травм в школьном возрасте;
- Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи
- Иметь представление об основных видах здорового образа жизни;
- Знать основные понятия и основные термины правил дорожного движения;
- формирование представлений о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье человека и его безопасность (зависимость от алкоголя, табака, наркотиков, других психоактивных веществ; компьютерная зависимость; участие в азартных играх);
- формирование представлений о безопасном и адекватном поведении в окружающем мире, а также в случаях возникновения экстремальных ситуаций;
- формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни (выполнение правил личной гигиены и готовность на основе их использования самостоятельно поддерживать своё здоровье);
- формирование представлений о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности.

**Содержание учебной программы
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

5 класс

Раздел I.

БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ СИТУАЦИЯХ

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека

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

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения. Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге. 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. Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре. 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.

Тема 3. Опасные ситуации природного характера

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

Тема 4. Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома. 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

Тема 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного 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: аварии на радиационно-опасных объектах; аварии на пожаро-взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях 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

Тема 6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ 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. Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья. Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

Тема 7. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека

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. 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. 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.

Раздел IV. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

Тема 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания

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. Последовательно отрабатываются навыки в оказании первой медицинской помощи: при ушибах; при ссадинах; при носовом кровотечении. 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.

6 класс

Раздел I.

БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ 25 ч.

Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе 6ч.

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.

Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность 5ч.

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 велосипедном походе.

Тема 3. Дальний и международный туризм, меры безопасности 6ч.

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и международном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация в условиях жаркого климата.

Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

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

Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде 4ч.

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

Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях 4ч.

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 8ч.

Тема 6. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи 4ч.

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.

Тема 7. Здоровье человека 3ч.

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.

7 класс

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (26 часов)

Разделы 1-2. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (24 часа)

Глава 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера (3 часа)

Тема 1. Инструктаж по ТБ. Различные природные явления

Правила поведения на уроке. Определения литосфера, атмосфера, гидросфера, биосфера. Основные природные явления. Классификация природных явлений по месту возникновения.

Тема 2. Общая характеристика природных явлений

Геологические природные явления. Метеорологические природные явления. Гидрологические природные явления. Биологические опасные природные явления. Космические опасные природные явления.

Тема 3. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера. Входной контроль по теме «Введение в курс предмета ОБЖ в 7 классе»

Понятия опасная ситуация, стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация, чрезвычайная ситуация природного характера, биолого-социальная чрезвычайная ситуация. Природные и биолого-социальные чрезвычайные ситуации.

Глава 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (6 часов)

Тема 4. Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия

Определения землетрясения, очаг землетрясения, магнитуда, эпицентр землетрясения. Шкала Рихтера. Шкала Меркалли.

Тема 5. Защита населения от последствий землетрясений

Прогноз землетрясений. Оповещение населения. Обучение населения. Организация аварийно-спасательных работ.

Тема 6. Правила безопасного поведения населения при землетрясении

Как подготовиться к землетрясению. Как вести себя во время землетрясения. Как действовать после землетрясения.

Тема 7. Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов

Понятия вулкан, активные окраины, извержение вулкана. Виды вулканов. Места расположения вулканов.

Тема 8. Последствия извержения вулканов. Защита населения

Продукты извержения вулканов. Защита населения

Тема 9. Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения

Понятия оползень, обвал. Причины оползней. Масштабы оползней. Скорости движения оползней. Рекомендации по действиям при угрозе возникновения оползня. Причины обвалов. Последствия обвалов.

Глава 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (3 часа)

Тема 10. Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия

Понятия ураган, буря, циклон. Строение, скорость и виды циклонов. Шкала Бофорта.

Тема 11. Защита населения от последствий ураганов и бурь

Профилактические меры по защите населения от последствий бурь и ураганов. Правила поведения во время ураганов и бурь.

Тема 12. Смерчи

Понятие смерч. Составная часть смерча. Скорость смерча. Шкала разрушений, вызываемых смерчем. Рекомендации при угрозе и во время смерча.

Глава 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (8 часов)

Тема 13. Наводнения. Виды наводнений и их причины

Понятия наводнение, половодье, паводок, затор, зажор. Виды наводнений. Классификация наводнений по масштабам.

Тема 14. Защита населения от последствий наводнений

Ущерб от наводнений. Меры по инженерной защите от наводнений.

Тема 15. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения

Как подготовиться к наводнению. Как действовать во время наводнений. Как действовать после наводнений.

Тема 16. Сели и их характеристика. Промежуточный контроль по итогам первого полугодия (Тест №2)

Понятие селевого потока. Составляющие селевого потока. Классификация селевых потоков.

Тема 17. Защита населения от последствий селевых потоков

Организационно-хозяйственные и охранно-ограничительные меры. Профилактические меры. Прогноз образования селей.

Тема 18. Цунами и их характеристика

Понятие цунами. Характеристика цунами. Шкала интенсивности цунами.

Тема 19. Защита населения от цунами

Комплексные мероприятия. Как подготовиться к цунами. Что делать во время цунами. Что делать после цунами.

Тема 20. Снежные лавины

Понятие лавина. Скорость схода лавин. Защита населения от последствий лавин. Правила поведения в лавиноопасных зонах.

Глава 5. Природные пожары чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения (4 часа)

Тема 21. Лесные и торфяные пожары и их характеристика

Понятия лесной пожар, пожароопасный сезон. Виды лесных пожаров. Классы пожаров. Последствия лесных пожаров.

Тема 22. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения

Причины возникновения лесных пожаров. Правила пожарной безопасности в лесу. Система охраны леса. Правила поведения при пожаре в лесу.

Тема 23. Инфекционная заболеваемость людей и защита населения

Понятия инфекционные болезни, патогенность, эпидемия, пандемия. Виды инфекционных болезней. Пути распространения инфекций. Развитие и течения заболеваний. Противоэпидемические мероприятия.

Тема 24. Эпизоотии и эпифитотии

Понятия инфекционные болезни животных, инфекционные болезни растений. Группы возбудителей инфекций. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (2 часа)

Глава 6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (2 часа)

Тема 25. Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность

Понятие терроризм. Политический терроризм. Криминальный терроризм. Националистический терроризм. Технологический терроризм. Ядерный терроризм. Кибертерроризм. Факторы по вовлечению человека в террористическую деятельность. Характерные черты поведения человека по типам темперамента. Телефонный терроризм.

Тема 26. Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения

Пропаганда мнимой привлекательности террористов. Нравственная позиция в формировании антитеррористического поведения. Профилактика вредных привычек. Профилактика террористической деятельности. Как формируется антитеррористическое поведение.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (7 часов)

Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 часа)

Глава 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (3 часа)

Тема 27. Психологическая уравновешенность

Понятия эмоциональность, психологическая уравновешенность. Качества по воспитанию психологической уравновешенности. Как завести друзей.

Тема 28. Стресс и его влияние на человека

Определение стресс. Стадии стресса. Принципы борьбы со стрессом.

Тема 29. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

Показатели физического развития. Правила личной гигиены.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 часа)

Глава 8. Первая помощь при неотложных состояниях (4 часа)

Тема 30. Общие правила оказания первой помощи. Итоговый контроль в рамках промежуточной аттестации (Тест №3)

Понятие первая помощь. Порядок действий оказывающего первую помощь.

Тема 31. Оказание первой помощи при наружном кровотечении. Практическая работа № 1 на тему «Наложение жгута» (1 ч)

Виды кровотечений. Первая помощь при незначительных кровотечениях. Первая помощь при сильном кровотечении. Метод пальцевого прижатия артерий. Правила наложение жгута. Отработка техники наложения жгута на конечность на практике.

Тема 32. Оказание первой помощи при ушибах и переломах. Практическая работа № 2 на тему «Наложение повязок при ушибах» (1 ч)

Понятия ушиб, перелом. Общие правила оказания первой помощи при ушибах. Общие правила оказания первой помощи при переломах конечностей. Первая помощь при травле плечевого сустава. Первая помощь при травме голеностопного сустава. Отработка техники наложения повязки на конечность на практике.

Тема 33. Общие правила транспортировки пострадавшего. Практическая работа № 3 на тему «Отработка способов по транспортировке пострадавшего» (1 ч)

Оценка состояния пострадавшего. Правила для переносчиков пострадавшего. Отработка способов транспортировки пострадавшего на практике.

Обобщение (1 час)

Тема 34. Обобщение по курсу ОБЖ за 7 класс. Правила безопасного поведения во время летних каникул

Повтор основных понятий, правил и законов безопасного поведения. Правила поведения на воде. Правила поведения в лесу. Первая помощь при укусах насекомых. Первая помощь при тепловых и солнечных ударах. Первая помощь при ожогах.

Планируемые результаты освоений учебного предмета

Предметные	Личностные	Базовые учебные действия
<p>Минимальный уровень:</p> <ul style="list-style-type: none"> · общие представления об основных опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера; · умение обеспечивать личную безопасность в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера; · умение анализировать явления и события природного характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия; · общие представления об оказании первой помощи пострадавшим при ушибах, переломах, наружном кровотечении, умение транспортировать пострадавшего. -вырабатывание отрицательного отношения к террористической деятельности, привычек, способствующих профилактике вовлечения в террористическую деятельность. <p>Достаточный уровень:</p> <ul style="list-style-type: none"> · знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера; · знания об организации подготовки населения к действиям в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера; · умение обеспечивать личную безопасность в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера; · умение принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в 	<ul style="list-style-type: none"> • развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости; • совершенствование навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; • совершенствование умения слушать собеседника и вести диалог, готовности признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и пытаться аргументировать свою точку зрения и давать оценку событий; • формирование ответственного отношения к выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений; • овладение навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире; • Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и 	<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; - формулировать собственное желание и позицию; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; - задавать вопросы; - контролировать свои и действия партнера; - использовать речевые средства (как в вербальной, так и в невербальной форме) для регуляции своего действия; - использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; -использовать элементарную коммуникативную компетенцию, как способность и готовность общаться с учетом своих речевых возможностей и потребностей; применять правила речевого, неречевого поведения. <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -в сотрудничестве с учителем ставить учебные задачи;- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

<p>чрезвычайных ситуациях природного характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> · знания о терроризме как преступлении, представляющего угрозу национальной безопасности России; · формирование понятий о стрессе и психологической уравновешенности в системе здоровья; · знание анатомо-физиологических особенностей человека в подростковом возрасте; · формирование навыков оказания первой помощи пострадавшим при ушибах, переломах, наружном кровотечении, умение транспортировать пострадавшего. 	<p>здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни; • Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде; • Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятия ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи; • Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности. 	<p>--учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;- осуществлять контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -строить коммуникацию (речевое высказывание) в устной, письменной, знаково-символической форме; - осваивать начальные лингвистические представления, необходимые для овладения на элементарном уровне устной и письменной речью, расширить свой лингвистический кругозор; - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; - осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;
---	--	--

Содержание учебного предмета

Учебный план 5 класс.

Разделы	Кол-во час.	
Раздел I.		
БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ СИТУАЦИЯХ - 16 ч.		
Раздел 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека	1. Человек, среда его обитания, безопасность человека. 2. Город как среда обитания. 3. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища 4. Особенности природных условий в городе 5. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	5
Раздел 2. Опасные ситуации техногенного характера	6. Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения 7. Пешеход. Безопасность пешехода. Водитель 8. Пассажир. Безопасность пассажира 9. Пожарная безопасность	4
	II четверть (7 часов)	2
	1. Безопасное поведение в бытовых ситуациях 2. Основы безопасности жизнедеятельности	
Раздел 3. Опасные ситуации природного характера	3. Погодные условия и безопасность человека 4. Безопасность на водоемах	2
Раздел 4. Опасные ситуации социального характера	5. Криминогенные ситуации и личная безопасность 6. Обеспечение личной безопасности дома 7. Обеспечение личной безопасности на улице	3
Раздел II.		
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ – 5 ч		
Раздел 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	1. Чрезвычайные ситуации природного характера 2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера 3. Алгоритм действия в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера 4. Практические занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного характера 5. Практические занятия по отработке действий в случае возникновения	5

	чрезвычайной ситуации техногенного характер	
Раздел III. ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ – 5 ч		
Раздел 6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	1. О здоровом образе жизни 2. Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья 3. Рациональное питание. Гигиена питания	3
Раздел 7. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	4. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека 5. Курение. Употребление алкоголя	2
IV четверть (8 часов) Раздел IV. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ – 8 ч		
Раздел 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания	1. Первая медицинская помощь и правила ее оказания. 2. Первая медицинская помощь при различных видах повреждений 3. Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении (практические занятия) 4. Оказание первой медицинской помощи при ушибах (практические занятия) 5. Оказание первой медицинской помощи при вывихе (практические занятия) 6. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах (практические занятия) 7. Оказание первой медицинской помощи при носовом кровотечении (практические занятия) 8. Первая медицинская помощь при отравлениях (практические занятия)	8
ИТОГО		34

Содержание учебного предмета

Учебный план 6 класс.

Разделы	кол-во час.
I. БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ	25
1. Подготовка к активному отдыху на природе	6
Природа и человек	1
Ориентирование на местности	1
Определение своего местонахождения и направления движения на местности	1
Подготовка к выходу на природу	1
Определение места для бивака и организация бивачных работ	1
Определение необходимого снаряжения для похода	1
2. Активный отдых на природе и безопасность	5
Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. <i>Тест</i>	1
Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	1
Подготовка и проведение лыжных походов	1
Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1
Велосипедные походы и безопасность туристов.	1
3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности	6
Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	1
Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1
Акклиматизация человека в горной местности	1
Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1
Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным транспортом	1
Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха воздушным транспортом	1
4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде	4
Автономное пребывание человека в природной среде	1

Добровольная автономия человека в природной среде	1
Вынужденная автономия человека в природной среде	1
Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. <i>Тест</i>	1
5. Опасные ситуации в природных условиях	4
Опасные погодные явления	1
Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1
Укусы насекомых и защита от них.	1
Клещевой энцефалит и его профилактика	1
II. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	9
6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	4
Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1
Оказание первой медицинской помощи при травмах	1
Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге	1
Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	1
7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие	5
Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1
Компьютер и его влияние на здоровье	1
Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1
Итоговая контрольная работа (тестирование) Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1
Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1
итого	34

Содержание учебного предмета

Учебный план 7 класс

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства		
Глава 1. Основы комплексной безопасности		
1	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера Различные природные явления.	1
2	Общая характеристика природных явлений.	1
3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.	1
4	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия.	1
5	Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	1
6	3. Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов.	1
7,8	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	2
9	Смерчи	1
1	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения Наводнения. Виды наводнений, их причины.	1
2	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1
3	Сели и их характеристика.	1
4	Цунами и их характеристика.	1
5	Снежные лавины.	1
6	Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения Лесные и торфяные пожары, их характеристика.	1

7	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций		
1	Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения Защита населения от последствий землетрясений.	1
2	Последствия извержения вулканов. Защита населения.	1
3	Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	1
4.	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения 1. Защита населения от последствий ураганов и бурь	1
5.	Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидро-логического происхождения	1
6	Защита населения от последствий наводнений.	1
7	Защита населения от последствий селевых потоков.	1
8	Защита населения от цунами.	1
9-10	Защита населения от природных пожаров 1.Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	2
Раздел 3 Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ		
	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистическую деятельность.	1
	Роль нравственных позиций и личных качеств подростков формировании антитеррористического поведения.	1
Раздел 4. Основы здорового образа жизни Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека		
	Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека	1
	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1
	Первая помощь при неотложных состояниях	1

	Общие правила оказания первой помощи. Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	
	Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1
	Безопасное лето	1
Итого		34