

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Петрозаводского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа № 7 имени Федора Тимоскайнена»

РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения учителей

основательского цикла
«*4*» *августа* 20*16* г.

Руководитель МО

Мельникова А.В.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

МОУ «Средняя школа №7»

«*27*» *августа* 20*16* г.

Т.А. Шишова

Т.А.Шишова

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МОУ «Средняя школа № 7»



Е.В.Чеботарева

Адаптированная рабочая программа
по учебному предмету «ОБЖ»

Класс: 8-9

Срок реализации: 2 года

Составитель:
Мельникова А.В.,
учитель ОБЖ

Петрозаводск
2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса по ОБЖ для 8-9 классов разработана на основе примерной программы основного общего образования по обж и авторской программы по ОБЖ 5 - 9 классы. Латчук В.Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н.. — М: Дрофа, 2017.

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» строится так, чтобы были достигнуты следующие цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование у учащихся чувства патриотизма, гордости за свою страну и ее вооруженные силы;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Общая характеристика учебного предмета ОБЖ

Ситуации, связанные с воздействием на личность угроз и опасностей, в психологическом и практическом отношении всегда трудны для человека, так как сопряжены с повышенными, предельными и даже запредельными нагрузками, ответственностью, разного рода рисками, которые чреваты нежелательными последствиями. Успех действий человека в таких ситуациях возможен только при условии его полноценной и высокой подготовленности. Поэтому главной функцией предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является его ориентация на личную безопасность человека в среде обитания путем выработки у него навыков и умений применять правила (алгоритмы) безопасного поведения в условиях угроз и опасностей.

Ориентация курса ОБЖ на личную безопасность отвечает букве и духу Федерального закона РФ «О безопасности», который ставит на первое место

обеспечение безопасности личности. В связи с этим логика построения программы заключается в том, чтобы школьники научились правильно оценивать обстановку и умело действовать в системе следующих понятий: опасность —> причина опасности —> последствие опасности —> действие.

При изучении предмета учащиеся получают знания об опасных и экстремальных ситуациях в бытовой (городской), природной и социальной среде, о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. Большое внимание уделено формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, изучению приемов оказания первой медицинской помощи.

Исходными документа для составления примера рабочей программы явились:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Примерная программа основного (полного) общего образования ОБЖ 5-9классы;
3. Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных школах;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12. 2010 г. N 189"Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях";
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2010 № 889 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»;
6. Приказ Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
7. Методические рекомендации «О разработке учебных планов образовательных организаций Республики Карелия, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, на 2017-2018 учебный год
8. Методические рекомендации «О разработке учебных планов образовательных организаций Республики Карелия, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, на 2017-2018 учебный год
9. Республиканский базисный учебный план для образовательных учреждений Республики Карелия, реализующих программы общего образования 2006г.
10. Требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального компонента государственного стандарта общего образования.

Информация об учебнике

Все учебники имеют единую идеологию, единые методические подходы, четкую и логически продуманную методологическую основу, позволяющие моделировать познавательную деятельность обучающихся, проектировать способы закрепления знаний, умений и навыков, применять другие средства обучения. В учебниках представлен

материал, способствующий формированию у школьников стремления к самостоятельной работе, развитию у них мышления и творческого отношения к учебе. Методический аппарат учебников позволяет организовать дифференцированную работу учащихся, развивать у них коммуникативно-познавательную активность, дает возможность детям и подросткам осваивать знания в соответствии с их возрастными и психологическими особенностями.

8 класс-Вангородский С.Н., Кузнецов М.И., Латчук В.Н. и др. Основы безопасности жизнедеятельности, издательство «Дрофа», 2014 год.

9 класс - Вангородский С.Н., Кузнецов М.И., Латчук В.Н. и др. Основы безопасности жизнедеятельности, издательство «Дрофа», 2013 год.

Место предмета в базисном учебном плане

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации отводит 70 часов для обязательного изучения учебного предмета «ОБЖ» в 8 классе из расчета 1 час в неделю, 35 учебных часов в год, в 9 классе из расчета 1 час в неделю, 35 учебных часов в год

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

8 класс 35 часов

Раздел 1. Безопасность на дороге (1час)

Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Причины дорожно-транспортных происшествий. Правила безопасного поведения пешехода на дорогах. Правила безопасного поведения велосипедиста на дороге.

Краткая характеристика современных видов транспорта. Правила безопасного поведения пассажиров на транспорте.

Раздел 2. Безопасность и защита человека в ЧС техногенного характера (20 часов)

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация. Понятие об аварии, производственной и транспортной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера по масштабу распространения и тяжести последствий. Типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их классификация и характеристика (транспортные аварии, аварии с выбросом биологически опасных веществ, аварии на электроэнергетических и коммунальных системах, обрушения зданий и сооружений и др.).

Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них. Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины аварий и катастроф техногенного

характера. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Заблаговременные меры по предупреждению и защите от чрезвычайных ситуаций.

Общие сведения о взрыве и пожаре. Понятие о взрыве. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Зоны действия взрыва. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование, степени разрушения. Понятие о пожаре и горении. Условия для протекания процесса горения. Классификация веществ и материалов по группам возгораемости.

Классификация пожаров. Виды пожаров по внешним признакам горения и месту возникновения. Классификация пожаров по масштабам интенсивности и времени прибытия первых пожарных подразделений. Стадии развития пожара. Линейное и объемное распространение пожара.

Причины пожаров и взрывов, их последствия. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных и взрывоопасных предприятиях. Основные причины взрывов в жилых домах и связанных с ними пожаров. Террористическая деятельность как причина взрыва. Последствия взрывов и пожаров на объектах экономики и в жилых зданиях.

Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов. Основные поражающие факторы пожара: открытый огонь и искры, повышенная температура окружающей среды, токсичные продукты горения и др. Вторичные факторы поражения пожара. Основные и вторичные поражающие факторы взрывов. Поражения людей при взрывах.

Правила безопасного поведения при пожаре в здании, при опасной концентрации дыма и повышении температуры. Действия по спасению пострадавших из горящего здания, после взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва. Действия по спасению из завала. Тушение на человеке одежды.

Понятие о панике. Опасность паники в чрезвычайных ситуациях. Механизм панического бегства, движение людей при вынужденной эвакуации. Правила безопасного поведения при панике во время пожара в общественном месте. Меры по предотвращению паники.

Виды аварий на химически опасных объектах. Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии.

Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека. Классификация опасности веществ по степени воздействия на организм человека. Понятие об аварийно химически опасном веществе. Наиболее распространенные аварийно химически опасные вещества (хлор, аммиак, фосген и др.), характеристика, воздействие на человека, меры по предотвращению отравления и оказанию первой помощи.

Причины химических аварий и их возможные последствия. Понятие об очаге химического поражения и зонах химического заражения. Характеристика зон химического поражения, их глубина и форма. Стойкость аварийно химически опасных веществ.

Основные способы защиты населения от аварийно химически опасных веществ. Принципы работы системы оповещения. Использование средств индивидуальной

защиты органов дыхания. Защитные свойства гражданских противогазов. Изготовление ватно-марлевой повязки. Укрытие людей в защитных сооружениях и последовательность герметизации помещений. Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ. Меры предосторожности, действия в случае оповещения об аварии и правила движения по зараженной местности. Правила безопасного поведения после выхода из зоны заражения. Действия при подозрении на поражение аварийно химически опасными веществами.

Радиация вокруг нас. Понятие об ионизирующем излучении и его влияние на человека. Виды ионизирующего излучения (альфа-, бета- и гамма-излучения) и их характеристика. Измерение дозы облучения. Естественные и искусственные источники ионизирующего излучения. Внешнее и внутреннее облучение человека. Дозы облучения от различных источников излучения.

Понятие о радиационно опасном объекте. Классификация аварий с выбросом радиоактивных веществ и их причины. Деление районов радиоактивного заражения на зоны. Четыре фазы аварии на радиационно опасном объекте и их характеристика.

Специфические свойства радиоактивных веществ. Понятие о периоде полураспада. Радиоактивное загрязнение местности. Виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия. Понятие о радиочувствительности органов человека, их классификация по этому признаку и установленные для них значения основных дозовых пределов. Определение допустимых доз облучения. Последствия однократного и многократного облучения. Допустимые значения заражения продуктов питания и воды.

Меры предосторожности, принимаемые проживающими вблизи от радиационно опасных объектов людьми. Действия в случае поступления сигнала об аварии на радиационно опасном объекте (подготовка к эвакуации, действия при отсутствии убежища и средств защиты). Режим поведения при проживании на загрязненной местности. Комплекс мер по защите населения: режим радиационной защиты, использование средств индивидуальной защиты, проведение йодной профилактики, радиометрический контроль продуктов питания.

Классификация гидродинамических аварий. Затопление как следствие гидродинамической аварии. Понятие о зоне затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Классификация гидродинамически опасных объектов, основные причины аварий на них. Поражающие факторы и последствия гидродинамических аварий.

Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Основные меры по защите населения. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах.

Состояние природной среды и жизнедеятельность человека. Антропогенные изменения в природе: преднамеренные преобразования и попутные изменения. Формы воздействия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайной ситуации экологического характера, их классификация. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Понятие о токсичности. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека.

Изменение состава атмосферы, гидросферы, почвы. Нормативы предельно допустимых воздействий на природу. Понятие о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве. Нормы качества воздуха, воды и почвы. Правила поведения для уменьшения влияния на здоровье вредных экологических факторов.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (8 часов)

Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами. Воздействие химических веществ на организм человека. Пути попадания ядовитых веществ в организм человека: через органы дыхания, через желудочно-кишечный тракт, через кожу. Наиболее характерные и общие признаки химического отравления. Общие правила оказания первой помощи при поражении аварийно химически опасными веществами: удушающего действия; общеядовитого действия; удушающего и общеядовитого действия; нейротропного действия; удушающего и нейротропного действия. Первая помощь при поражении метаболитическими ядами; при отравлении соединениями тяжелых металлов и мышьяка; при ожогах химическими веществами.

Первая помощь при бытовых отравлениях. Признаки отравления средствами бытовой химии (инсектицидами, уксусной эссенцией, перекисью водорода и др.) и оказание первой помощи. Причины, последствия и признаки отравления минеральными удобрениями. Оказание первой помощи при первых признаках отравления минеральными удобрениями (при отравлении через органы пищеварения, дыхательные пути, глаза и кожу).

Раздел 4. Основы здорового образа жизни (6 часов)

Физическая культура и закаливание. Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Развитие необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Пути развития сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств. Понятие о закаливании. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Принципы закаливания. Факторы окружающей среды, применяемые для закаливания организма: воздушные и солнечные ванны, закаливание водой.

Семья в современном обществе. Роль и задачи семьи в современном обществе. Создание семьи путем заключения брака. Понятие о законном браке. Права и обязанности супругов. Пути достижения взаимопонимания в семье.

9 класс (35 часов)

Раздел 1. Безопасность на дороге (1 час)

Дорожное движение и его участники. Административная и уголовная ответственность пешеходов и водителей за нарушение ПДД

Раздел 2. Безопасность и защита человека в ЧС (7 часов)

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и причины ее создания. Цели, задачи и структура РСЧС. Координационные органы РСЧС и их характеристика. Режимы функционирования и основные мероприятия при их введении: в отсутствие чрезвычайной ситуации; при угрозе ее возникновения; при возникновении и ликвидации. Силы и средства РСЧС, их задачи и характеристика. МЧС. Задачи МЧС

Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм. Понятие о международном гуманитарном праве и сфера его применения. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права. Действия, нарушающие нормы международного гуманитарного права, и ответственность за их совершение.

Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала. Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Обеспечение защиты раненых и больных во время вооруженного конфликта. Основные требования по защите раненых и больных из состава действующей армии и вооруженных сил на море. Защита медицинского и духовного персонала. Состав медицинских формирований и их эмблемы.

Защита военнопленных и гражданского населения. Понятие о комбатанте и военнопленном. Основные требования по защите военнопленных. Случаи применения защитных мер в отношении гражданского населения. Основные требования по защите лиц из числа гражданского населения, находящихся во власти противника. Особая защита женщин и детей.

Раздел 3 Криминогенные ЧС (6 часов)

Понятие преступления. Виды преступлений. Ответственность за совершенное преступление.

Защита от мошенников. Понятие о мошенничестве, обмане, злоупотреблении доверием. Распространенные способы мошенничества. Правила безопасного поведения, если вы подозреваете, что являетесь объектом мошенничества.

Безопасное поведение девушек. Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек при столкновении с молодыми и взрослыми хулиганами, уголовниками и лицами, находящимися в нетрезвом состоянии. Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незнакомом месте; при возникновении угрозы или опасности насилия. Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Наиболее уязвимые части тела.

Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций.

Раздел 4. Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей (7 часов)

Понятие о травматизме. Основные причины травматизма и виды травм в школьном возрасте. Меры по предотвращению различных видов травм.

Безопасное поведение дома и на улице. Правила безопасного поведения в быту, снижающие риск получения травм в домашних условиях. Меры по снижению опасности на воде. Защита от дорожно-транспортных происшествий. Что делать, если вы оказались свидетелем или участником ДТП.

Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом. Правила поведения на уроках физики, химии, во время перемен. Причины травматизма на уроках физической культуры и во время занятий спортом. Виды спорта с высокой степенью травматического риска. Профилактика травматизма на уроках физической культуры и на занятиях спортом. Безопасная одежда, обувь и защитное снаряжение.

Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика. Понятие о ране. Виды ран. Понятие об антисептике и ее виды. Основные антисептические средства и порядок их применения. Понятие об асептике. Предупреждение инфицирования ран с помощью асептических средств.

Травмы головы, позвоночника и спины. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника; первая помощь при них. Сотрясение головного мозга: признаки и симптомы; первая помощь. Признаки и симптомы повреждения спины. Предупреждение повреждения спины и первая помощь при болях.

Экстренная реанимационная помощь. Понятие о клинической смерти и ее признаки. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе, непрямом массаже сердца, искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при выполнении этих реанимационных мероприятий.

Раздел 5. Основы здорового образа жизни (9 часов)

Здоровье человека. Понятие о здоровье. Физическое, духовное, социальное здоровье. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Взаимосвязь между индивидуальным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье.

Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления. Понятие о здоровом образе жизни. Основные компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха; их характеристика. Теории оздоровления.

Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье. Понятие о внешней среде. Факторы риска во внешней среде и их влияние на организм человека. Понятие о внутренней среде организма. Роль внутренней среды организма.

Понятие о гигиене и личной гигиене. Правила ухода за кожей. Основная функция одежды и гигиенические требования к ней.

Гигиена питания и воды. Важность питания в процессе нормальной жизнедеятельности организма. Группы продуктов питания. Рекомендуемый набор пищевых продуктов в рационе взрослого человека и подростка. Суточное распределение пищевого рациона. Гигиена питания. Функции, выполняемые водой в организме человека. Гигиена воды. Способы очистки воды.

Гигиена жилища и индивидуального строительства. Гигиена жилища. Микроклимат помещения. Нормы искусственной освещенности. Гигиена индивидуального строительства.

Физиологическое и психологическое развитие подростков. Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая

уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Мероприятия, помогающие справиться с чувствами и эмоциями.

Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции. Понятие о влюбленности. Рекомендации по снятию стресса, вызванного безответной любовью. Понятие о «ловушках влюбленности». Нежелательные мотивы вступления в сексуальные отношения.

Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях. Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями.

Суицидальное поведение в подростковом возрасте. Понятие о суициде. Причины и факторы, повышающие вероятность суицида. Признаки, указывающие на возможность суицида. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суицид среди подростков и молодежи. Причины и признаки эмоционального неблагополучия человека. Угнетенное психическое состояние. Профилактика суицида.

Раздел 6. Вредные привычки (5 часов)

Употребление табака. Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Стадии никотиновой зависимости. Как бросить курить. Электронные сигареты. Вред от вейперов.

Употребление алкоголя. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Развитие алкоголизма. Профилактика употребления алкогольных напитков. Помощь при алкогольном отравлении.

Наркомания и токсикомания. Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических и токсических веществ на организм человека. Три основных признака наркомании и токсикомании. Развитие психической и физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами; оказание первой помощи.

Заболевания, передающиеся половым путем. Опасность заболеваний, передающихся половым путем. Характеристика распространенных заболеваний, передающихся половым путем, и их негативное влияние на здоровье человека.

Учебно - тематический план

8 класс

Раздел, тема курса	количество часов
1. Безопасность на дороге	1
2. Безопасность и защита человека в ЧС	20
3. Основы медицинских знаний	8
4. Основы здорового образа жизни	6
ИТОГО	35

Раздел, тема курса	количество часов
1. Безопасность на дороге	1
2. Безопасность и защита человека в ЧС	7
3. Криминогенные ЧС	6
4. Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей	7
5. Основы здорового образа жизни	9
6. Вредные привычки	5
ИТОГО	35

Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен

знать/понимать

- ✓ Знать правила поведения во время ЧС с выбросом сильнодействующих ядовитых веществ, гидродинамических авариях;
- ✓ основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- ✓ правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;

уметь

- ✓ Уметь правильно оценить ситуацию во время техногенных аварий, пожаров и взрывов;
- ✓ Уметь применять знания по оказанию первой медицинской помощи;
- ✓ действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- ✓ оказывать первую медицинскую помощь при бытовых отравлениях;
- ✓ пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- ✓ действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

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

Список литературы

Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: учебник. — М.: Дрофа. 2013

Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа. 2017.

Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник. — М.: Дрофа. 2013

Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа. 2016

➤ Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов» (<http://school-collection.edu.ru/>).

➤ **Сайты, используемые при подготовке и проведении занятий**

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	http://www.scrf.gov.ru
Министерство внутренних дел РФ	http://www.mvd.ru
МЧС России по РК	http:// 10.mchs.gov.ru
Министерство здравоохранения и соцразвития РК	http://mzsosial-rk.ru/
Министерство обороны РФ	http://www.mil.ru
Министерство образования и науки РФ	http://edu.gov.ru/
Министерство природных ресурсов РФ	http://www.mnr.gov.ru
Русский образовательный портал	http://www.gov.ed.ru
Федеральный российский общеобразовательный портал	http://www.school.edu.ru
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	http://www.km.ru
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru
Журнал «Вестник образования»	http://www.vestnik.edu.ru
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru
Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_d et

Учебно - наглядные пособия

Таблицы

Первая медицинская помощь

1. ПМП при кровотечениях
2. ПМП при переломах и ушибах

3. ПМП при ожогах
4. ПМП при обморожении и переохлаждении.
5. ПМП при тепловом и солнечном ударе.
6. ПМП при утоплении
7. ПМП при укусах животных, насекомых
8. ПМП при отравлении.
9. ПМП при отравлении АХОВ.
10. ПМП при электротравме.
11. Реанимация.
12. Правила наложения повязок.
13. Виды повязок.
14. Транспортировка пострадавшего

Основы военной службы

1. Вооруженные силы РФ.
2. Военная обязанность.
3. Обязанности и подготовка к военной службе.
4. Составы и воинские звания в ВС РФ
5. Назначение и устройство АК
6. Неполная разборка и сборка АК
7. Ручные осколочные гранаты
8. Приемы метания ручных гранат
9. Меры безопасности при стрельбе и метании гранат.
10. Строевая подготовка.

Терроризм

1. Типы терроризма.
2. Правила поведения при обнаружении взрывоопасного предмета.
3. Взрывоопасные предметы.
4. Правила поведения после взрыва
5. Правила поведения при попадании под обстрел.
6. Правила поведения при получении угрозы.
7. Правила поведения при захвате в заложники
8. Теракт с применением радиоактивных веществ.
9. Теракт с применением химических веществ.

Пожары и взрывы.

1. Пожары и их классификация
2. Причины и стадии развития пожара.
3. Причины пожаров в зданиях.
4. Причины и поражающие факторы пожара.
5. Правила поведения при пожаре в здании.
6. Правила поведения при пожаре в лифте
7. Правила поведения при пожаре в общественном месте.
8. Правила поведения при пожаре при возгорании эл. приборов.
9. Пожарно-техническое вооружение и средства пожаротушения.
10. Оказание помощи при возгорании одежды.
11. Способы тушения пожаров

ОБЖ

1. Куда и как обращаться за помощью
2. Незнакомый человек
3. Переход проезжей части.
4. Общественный транспорт
5. Правила поведения в природных условиях.
6. Правила поведения на водоемах зимой.

7. Правила поведения на водоемах летом.
8. Классификация ЧС природного характера
9. Землетрясения.
10. Извержения вулкана.
11. Бури, ураганы.
12. Оползни, сели, обвалы, снежные лавины.
13. Наводнения.
14. Лесной пожар
15. Классификация ЧС техногенного характера
16. Радиационная авария.
17. Химическая авария.
18. Гидродинамическая авария.
19. ЧС экологического характера.

Личная гигиена

1. Гигиена
2. Гигиена окружающей среды
3. Личная гигиена школьника
4. Гигиена питания
5. Гигиена труда
6. Гигиена сна и отдыха
7. Гигиена зрения.
8. Гигиена одежды и обуви.

Здоровый образ жизни.

1. Здоровье и его характеристики
2. Закаливание организма
3. Физическая культура
4. Рациональное питание
5. Профилактика инфекционных заболеваний.
6. Режим труда и отдыха
7. Репродуктивное здоровье подростков.
8. Смена климатографических факторов.