|  |  |
| --- | --- |
|  | **Приложение к****Адаптированной основной общеобразовательной программе с УО (интеллектуальными нарушениями) –образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ № 77** **Приказ № 140 от 31.08.2020** |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Учебного предмета «ОБЖ»**

**5-9 КЛАСС**

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

Реализовать данную цель помогут следующие **задачи:**

* Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;
* Освоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
* Овладение умениями предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также их анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.
1. **Содержание программы учебного предмета**

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

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

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

Обучение основам безопасности жизнедеятельности рассчитано на пять лет с 5 по 9 классы по 1 часу в неделю (34 недели, для классов «и» - 33 недели).

* программе выделены следующие разделы:
	+ Безопасность и защита человека в среде обитания
	+ Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

**Курс 5 класса включает следующие темы:**

1. **Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:**
	* Особенности города как среды обитания человека
	* Особенности жизнедеятельности современного жилища
	* Чем опасно жилище для человека. Виды опасных и вредных факторов современного жилища
	* Как правильно пользоваться электроприборами, газом, водой
	* Опасные ситуации дома. Как их избежать
	* Как действовать при возникновении чрезвычайной ситуации в доме, школе (пожар, утечка воды, газа, неисправность, электроприбора, колючие и режущие предметы)
	* Правила безопасности в лифте
	* Правила безопасности на лестнице
	* Пожар в жилище. Возможные причины возникновения пожара
		+ Правила поведения при пожаре
		+ Правила вызова пожарной охраны
		+ Виды общественного транспорта
		+ Правила безопасности на остановках общественного транспорта
		+ Правила на остановках общественного транспорта
		+ Правила безопасности в автобусе, троллейбусе, в трамвае
		+ Правила оплаты проезда в общественном транспорте
		+ Сигналы светофора
		+ Регулированное движение
2. **Правила безопасного поведения в природной среде:**
	* + Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Способы преодоления этих ситуаций
		+ Съедобные и несъедобные ягоды, грибы, плоды. Меры осторожности в обращении с дарами природы
		+ Безопасное поведение в лесу
		+ Ориентирование в лесу по компасу, по звукам, по солнцу, по растениям, по муравейнику
		+ Ориентирование на местности разными способами
		+ Приметы приближающего дождя. Правила поведения на природе во время дождя и грозы
		+ Меры безопасности при купании в водоемах
		+ Способы самоспасения и оказания помощи тонущему человеку
		+ Основные подручные спасательные средства
		+ Правила поведения при землетрясении
	1. **Правила безопасного поведения в социальной среде:**
		* Улица -место повышенной личной опасности
		* Правила безопасного поведения на улице в различных ситуациях
		* Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов
	2. **Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
		* Понятие об эвакуации
		* Безопасные маршруты путей эвакуации
	3. **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни:**
		* Перевязочные и лекарственные средства
		* Оказания первой медицинской помощи при ссадинах, порезах, травме
		* Перевязочные и лекарственные средства
	4. **Основы здорового образа жизни:**
		* Здоровье человека, общие понятия и определения
		* **Курс 6 класса включает следующие темы:**
3. **Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:**
	* Особенности города, в котором мы живем
	* Наиболее распространенные опасные ситуации в жилище и их последствия.
	* Причины возникновения пожара
	* Опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь
	* Правила поведения во время возникновения пожара
	* Утечка газа, причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при утечке газа, правила поведения при утечке газа
	* Затопление жилища, причины, последствия
	* Правила поведения при затоплении жилища
	* Виды средств бытовой химии по степени потенциальной опасности
	* Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции
	* Химические ожоги, их причины, первая помощь при химическом ожоге
	* Регулирование улиц и дорог
	* Дорога и ее главные составные части
	* Дорожная разметка и дорожные знаки
	* Группы дорожных знаков
	* Перекрестки и их виды
	* Переход улиц и дорог
	* Дорожные ситуации, связанные с закрытым обзором
	* Опасные ситуации на дорогах
	* Опасные ситуации
4. **Правила безопасного поведения в природной среде:**
	* Загрязнения воздуха, воды, и почвы в местах проживания, их возможные причины
	* Профилактика нарушений экологического равновесия
	* Правила поведения на воде
	* Средства первой помощи при укусе и последующие действия пострадавшего
	* Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу
	* Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы
5. **Правила безопасного поведения в социальной среде:**
	* Возможные опасные ситуации при возникновении в жилище незнакомых людей (ограбление квартиры, похищение детей с целью выкупа, с целью получения
	* Правила безопасного поведения при возникновении угрозы личной безопасности в квартире, на улице, около дома, в лифте, в подъезде
	* Намерения незнакомца
	* Поведение в экстремальной ситуации на улице
	* Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов
	* Алгоритм действий при различных чрезвычайных ситуациях
	* Правила поведения при землетрясении
6. **Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
	* Что такое эвакуация
	* Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации
7. **Основы медицинских знаний:**
	* Перевязочные и лекарственные средства
	* Понятие о травме
	* Средства оказания первой медицинской помощи при травмах
8. **Основы здорового образа жизни:**
	* Правила личной гигиены

**Курс 7 класса включает следующие темы:**

1. **Правила поведения в бытовой (городской) среде:**
	* Переход улиц и дорог
	* Ошибки пешеходов. Культура поведения на улицах и дорогах
	* Средства регулирования дорожного движения
	* Правила для велосипедистов
2. **Правила безопасного поведения в социальной среде:**
	* Правила поведения при угрозе террористического акта
	* Алгоритм действий при угрозе теракта
3. **Правила безопасного поведения в природной среде**:
	* Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций
	* Формула безопасности. Средства и способы самоспасения
	* Правила поведения при землетрясении
	* Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния
	* Последовательность действий при вынужденной автономии. Сигналы бедствия и сигнальные средства.
	* Ориентирование на местности и выход к населенному пункту
	* Анализ ситуации и составление общего плана действий по выживанию
	* Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья
	* Разведение костра. Типы костров. Обогрев временного жилища
	* Меры профилактики при отравлении угарным газом
	* Воздействия жары на организм человека.
	* Очистка воды. Опреснение воды. Рыбная ловля и охота
	* Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений
	* Смена климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации
	* Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при купании на воде
	* Меры безопасности при использовании гребными лодками
	* Первая помощь утопающему
	* Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду
	* Правила спасения при попадании в полынью. Осторожно, ледоход!
4. **Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
	* Правила поведения при эвакуации
5. **Основы медицинских знаний:**
	* Медицинская аптечка на случай вынужденной автономии, перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии
	* Лекарственные растения, их использование
	* Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых
	* Оказание помощи при травмах
6. **Основы здорового образа жизни:**
	* Меры укрепления здоровья и профилактика заболеваний
	* Питание человека
	* Влияние вредных привычек на здоровье

**Курс 8 класса включает следующие темы:**

1. **Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:**
	* Дорожно - транспортная структура города
	* Дорожные "ловушки" и навыки безопасного поведения на дорогах
2. **Правила безопасного поведения в социальной среде:**
	* Захват террористами транспортных средств
	* Правила поведения при угрозе террористического акта
3. **Правила безопасного поведения в природной среде:**
	* Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера. Причины возникновения чрезвычайной ситуации природного характера
	* Виды опасных природных явлений
	* Происхождение землетрясений. Понятия: очаг землетрясения, эпицентр Основные параметры землетрясения
	* Правила поведения при землетрясении
	* Извержение вулканов. Правила поведения при извержении вулканов
	* Понятие о моретрясении и цунами. Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясений и цунами
	* Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах. Происхождение и оценка силы
	* Возможные последствие бурь, ураганов, смерчей
	* Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей
	* Понятие о наводнениях, их классификация
	* Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения
	* Лесные пожары, их виды
	* Профилактика лесных и торфяных пожаров
4. **Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
	* Действия во время эвакуации из здания
	* Определение безопасного маршрута, помощь младшим при эвакуации
	* Индивидуальные средства защиты, их назначение
	* Устройство противогазов и респираторов. Способы применения
5. **Основы медицинских знаний:**
	* Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях
	* Способы остановки кровотечения
	* Правила наложения резинового жгута, повязок
	* Первая помощь при обморожениях
	* Виды ожогов. Первая помощь при ожогах.
6. **Основы здорового образа жизни:**
	* Чередование труда и отдыха, виды отдыха
	* Влияние вредных привычек на организм подростка

**Курс 9 класса включает следующие темы:**

1. **Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:**
	* Виды железнодорожного транспорта. Опасность в вагоне поезда
	* Правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях
	* Виды аварийной ситуации на железной дороге. Правила поведения в аварийной ситуации
	* Причины бедствий на реках, морях, океанах. Правила поведения на судах
	* Средства спасения
	* Правила эвакуации с аварийного судна, пожары на судах
	* Правила поведения в самолете в различных ситуациях
	* Безопасное поведение в салоне
	* Действия при разгерметизации в самолете
	* Действия при пожаре в самолете
2. **Правила безопасного поведения в социальной среде**:
	* Правила безопасного поведения при угрозе и ходе террористического акта
	* Алгоритм действий при угрозе террористического акта
3. **Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера**:
	* Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера
	* Пожаро - и взрывоопасные объекты
	* Промышленные аварии и катастрофы
	* Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Условия, способствующие горению
	* Правила безопасного поведения при пожаре
	* Понятия о взрывах. Характеристика взрывов, их причины и последствия
	* Виды стихийных бедствий и катастроф, их последствия
	* Виды поражающих факторов и их воздействие на человека
	* Поражающие факторы ядерного взрыва. Комбинированные радиационные поражения
	* Основы оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении
	* Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении
	* Основные группы отравляющих веществ по силе и скорости воздействия. Причины, вызывающие поражение отравляющими веществами
	* Основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами
	* Действия населения при оповещении о химическом заражении. Индивидуальные средства защиты
	* Гидродинамические аварии, их причины и последствия
	* Понятие о зоне затопления. Правила безопасного поведения при наводнении
	* Правила поведения при землетрясении
4. **Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
	* Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Эвакуация при возникновении чрезвычайной ситуации техногенного характера
	* Виды противогазов (изолирующие, фильтрующие)
	* Устройство противогаза. Пользование противогазом
	* Виды респираторов, устройство респиратора, пользование респиратором
5. **Основы медицинских знаний:**
	* Понятие о переломах. Общие принципы оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах
	* Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлении химическими веществами
6. **Основы здорового образа жизни:**
	* Понятие о токсикомании и наркомании
	* Развитие психической зависимости от наркомании
	* Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами

**Требования к уровню подготовки учащихся К концу 5 класса учащиеся должны знать:**

• какие предметы обихода могут оказаться опасными при неправильном обращении с

ними

• правила пользования этими предметами, газом, водой, электроприборами

• меры, которые необходимо предпринять для устранения затопления жилища, утечки

газа

• правила пользования лифтом

• об угрозе нападения, исходящей от незнакомых людей

• основные правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера

• правила безопасного поведения на улице

• правила безопасного обращения со спичками и зажигалками, быстровоспламеняющимися веществами

• правила обращения газовой плитой, электроприборами

• правила поведения при пожаре в доме, автобусе, лесу

• правила поведения при землетрясении

• правила пользования общественным транспортом

• правила поведения в транспорте при возникновении ЧС

• значение сигналов светофора

• правила движения пешеходов по тротуарам и обочине дороги

• правила перехода улиц и дорог

• правила безопасности в лесу

• виды ядовитых растений и грибов

• признаки отравления организма и способы оказания первой помощи

• меры безопасности при купании и способы оказания помощи утопающему

• что такое здоровый образ жизни

**уметь:**

• узнавать сигналы, оповещающие о возникновении ЧС

• быстро и спокойно действовать при эвакуации из здания

• вызвать нужную службу спасения по телефону

• закрывать водопроводный вентиль, перекрывающий подачу воды

• закрывать вентиль, перекрывающий подачу газа

• оказывать первую помощь при порезах и уколах

• вызывать помощь при остановке лифта между этажами

• предпринимать правильные действия при встрече с незнакомцем

• выполнять правила безопасного поведения на улице

• обращаться за помощью в случае возникновения опасной ситуации на улице

• вызывать пожарную команду по телефону и объяснить, что произошло, давать точный адрес с указанием дома, номера подъезда, этажа, квартиры

• гасить небольшой огонь подручными средствами

• делать для себя мокрую маску от дыма приобретать билеты для проезда в транспорте

• двигаться по тротуарам улицы и обочине загородной дороги

• правильно переходить улицы и загородные дороги по наземному и подземному переходу

• оказывать помощь тонущему человеку с использованием подручных средств

• правильно вести себя во время землетрясения

• вести здоровый образ жизни

* **концу 6 класса учащиеся должны знать:**
	+ главные составные части дороги, дорожную разметку и дорожные знаки, виды перекрестков, сигналы светофоры и регулировщика
	+ сигналы, подаваемые водителями транспортных средств
	+ правила перехода улиц и дорог
	+ правила перехода улицы при высадке из общественного транспорта
	+ дорожные знаки действия при пожаре в общественном транспорте
	+ как выбирать место для катания на велосипеде, скейтборде, роликовых коньках
	+ возможные последствия пользования неисправным оборудованием
	+ правила поведения на воде
	+ правила пользования различными плавательными средствами
	+ способы и средства самоспасения и оказания помощи утопающему на воде
	+ правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции
	+ правила обращения с ртутным термометром
	+ правила предосторожности, необходимые для обеспечения предотвращения возникновения криминогенной ситуации в жилище
	+ способы и средства первой помощи при различных укусах и последующие действия пострадавшего
	+ правила сбора грибов и ягод в лесу
	+ правила поведения при землетрясении
	+ что такое эвакуация, правила эвакуации
	+ элементарные сведения о возможностях инфицирования ран
	+ обеззараживающие средства
	+ способы оказания первой помощи при травмах
	+ что такое здоровый образ жизни

**уметь:**

* + различать сигналы светофора и регулировщика
	+ сигналы, подаваемые водителями транспортных средств
	+ соблюдать правила перехода улиц и дорог
	+ проверять техническое состояние велосипеда, скейтборда, роликовых коньков
	+ соблюдать правила движения по улице
	+ соблюдать обязанности пассажира
	+ соблюдать правила перехода улицы при высадке из общественного транспорта
	+ соблюдать правила поведения на воде
	+ проверять состояние плавательных средств
	+ правильно вести себя во время землетрясения
	+ соблюдать правила обращения со средствами бытовой химии
	+ соблюдать меры предосторожности для предотвращения возникновения криминогенной ситуации в жилище
	+ оказывать первую помощь при различных укусах и вызывать врача
	+ выполнять действия по сигналу учебной тревоги об эвакуации из школьного здания
	+ оказывать первую помощь при травмах
	+ вести здоровый образ жизни
* **концу 7 класса учащиеся должны знать:**
	+ правила для пешеходов
	+ средства регулирования дорожного движения
	+ правила езды на велосипеде
	+ правила поведения при террористических актах
	+ правила поведения человека при попадании в условия вынужденного автономного

существования в природных условиях

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

**уметь:**

* + переходить дорогу в разрешенном месте
	+ выполнять правила безопасного поведения на остановке, в салоне транспортного средства
	+ соблюдать правила передвижения по улице на велосипеде
	+ соблюдать правила поведения при террористических актах
	+ составлять план действий в условиях вынужденной автономии
	+ ориентироваться на местности по солнцу, по деревьям
	+ различать съедобные растения
	+ готовить пищу на костре
	+ применять меры по профилактике пищевых отравлений
	+ разводить костры разных типов
	+ подавать сигналы бедствия
	+ подбирать и упаковывать необходимые для турпохода вещи
	+ соблюдать меры безопасности при переходе водоемов по льду
	+ применять правила спасения при попадании в полынью
	+ соблюдать правила безопасного поведения на воде
	+ оказывать первую помощь утопающему
	+ правильно действовать при пожаре в общественном месте
	+ применять лекарственные растения
	+ накладывать повязки и жгуты при переломе
	+ оказывать первую медицинскую помощь при тепловых и солнечных ударах
	+ оказывать первую медицинскую помощь при укусах змей и насекомых
	+ правильно вести себя во время землетрясения
	+ вести здоровый образ жизни
* **концу 8 класса учащиеся должны знать:**
	+ правила дорожного движения
	+ дорожно - транспортную структуру города
* правила поведения при угрозе террористических актов
* причины возникновения ЧС природного характера
* виды опасных природных явлений
* правила поведения во время землетрясения
* правила поведения во время моретрясений и цунами
* возможные последствия обвалов, оползней, селей
* возможные последствия бурь, ураганов, смерчей
* рекомендации по действиям при наводнении и его угрозе
* причины возникновения лесных пожаров, меры по их профилактике
* меры безопасности в зоне лесных пожаров
* правила эвакуации
* правила пользования противогазом
* способы остановки кровотечения
* правила наложения резинового жгута
* правила оказания первой медицинской помощи при обморожении и ожоге
* основы здорового образа жизни

**уметь:**

* + правильно переходить улицы
	+ соблюдать правила поведения при террористических актах
	+ устанавливать причинно - следственные связи между опасными природными явлениями и ЧС природного характера
	+ выполнять рекомендации по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения
	+ соблюдать правила безопасного поведения во время землетрясения
	+ соблюдать меры безопасности в зоне лесных пожаров
	+ вовремя и правильно эвакуироваться из здания
	+ надевать противогаз
	+ оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим
	+ вести здоровый образ жизни
* **концу 9 класса учащиеся должны знать:**
	+ виды железнодорожного транспорта
	+ правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях
	+ правила поведения в аварийной ситуации в ж/д транспорте
	+ причины бедствий на реках, морях, океанах
	+ правила поведения на судне
	+ индивидуальные и коллективные спасательные средства
	+ правила эвакуации с аварийного судна
	+ правила поведения при пожаре на судне
	+ правила поведения в самолете
	+ действия при разгерметизации в самолете
	+ действия при пожаре в самолете
	+ правила безопасного поведения при угрозе террористических актов
	+ виды промышленных аварий и катастроф
	+ причины возникновения пожаров
	+ меры профилактики пожаров
	+ правила безопасного поведения при пожарах и взрывах
	+ правила поведения во время землетрясения
	+ виды переломов
	+ правила оказания первой медицинской помощи при переломах
* причины, вызывающие поражение отравляющими веществами
* основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами
* действия населения при оповещении о химическом заражении
* индивидуальные средства защиты
* порядок действий при оповещении о радиоактивном заражении
* виды поражающих факторов и их воздействие на человека
* способы оповещения населения о ЧС техногенного характера **уметь:**
* соблюдать правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях, в вагоне
* соблюдать правила поведения на судне
* пользоваться спасательным жилетом
* соблюдать правила поведения в самолете
* соблюдать правила безопасного поведения во время землетрясения
* оказывать первую медицинскую помощь при переломах
* соблюдать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта
* пользоваться противогазом, респиратором
* быстро готовиться к эвакуации
* оказывать медицинскую помощь при радиационном заражении, при химическом ожоге.

**Тематическое планирование.**

1. класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **тема** | **час** |
| **Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде** |  |
| 1 | Особенности города как среды обитания человека. Особенности | 2 |
|  | жизнедеятельности современного жилища. Чем опасно жилище для человека. |  |
|  | Виды опасных и вредных факторов современного жилища |  |
| 2 | Как правильно пользоваться электроприборами, газом, водой. Опасные | 2 |
|  | ситуации дома. Как их избежать |  |
| 3 | Как действовать при возникновении чрезвычайной ситуации в доме, школе. | 2 |
|  | Правила безопасности в лифте |  |
| 4 | Правила безопасности на лестнице. Пожар в жилище. Возможные причины | 2 |
|  | возникновения пожара. Правила поведения при пожаре |  |
| 5 | Правила вызова пожарной охраны. Виды общественного транспорта | 2 |
| 6 | Правила безопасности на остановках общественного транспорта. Правила | 2 |
|  | безопасности в автобусе, троллейбусе, трамвае |  |
| 7 | Правила оплаты проезда в общественном транспорте. Сигналы светофора | 2 |
|  | **Правила безопасного поведения в природной среде** |  |
| 8 | Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Способы | 2 |
|  | преодоления этих ситуаций. Найди выход из ситуации чрезвычайного |  |
|  | характера |  |
| 9 | Съедобные и несъедобные ягоды, грибы, плоды. Меры осторожности в | 2 |
|  | обращении с дарами природы. Безопасное поведение в лесу |  |
| 10 | Ориентирование на местности разными способами. Приметы приближающего | 2 |
|  | дождя. Правила поведения на природе во время дождя и грозы |  |
| 11 | Меры безопасности при купании в водоемах. Способы самоспасения и | 2 |
|  | оказания помощи тонущему человеку |  |
| 12 | Основные подручные спасательные средства. Меры безопасности в условиях | 2 |
|  | землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения |  |
| **Правила безопасного поведения в социальной среде** |  |
| 13 | Улица - место повышенной личной опасности. Правила безопасного поведения | 2 |
|  | на улице в различных ситуациях. |  |
| 14 | Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении | 2 |

опасных предметов

**Государственная защита и обеспечения безопасности населения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 15 | Понятие об эвакуации. Безопасные маршруты путей эвакуации | 2 |
| **Основы медицинских знаний** |  |

1. Перевязочные и лекарственные средства. Оказания первой медицинской 2 помощи при ссадинах, порезах, травме

**Основы здорового образа жизни**

1. Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровый образ жизни. 2 Соблюдение личной гигиены

|  |  |
| --- | --- |
| итого | 34 |

1. класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **тема** | **час** |
| 1 | Правила безопасного поведения в бытовой (городской) средеОсобенности | 1 |
|  | города, в котором мы живем. Наиболее распространенные опасные ситуации в |  |
|  | жилище и их последствия |  |
| 2 | Особенности города, в котором мы живем. Наиболее распространенные | 1 |
|  | опасные ситуации в жилище и их последствия |  |
| 3 | Причины возникновения пожара. Опасные для жизнедеятельности человека | 1 |
|  | факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь. Правила |  |
|  | поведения во время возникновения пожара |  |
| 4 | Причины возникновения пожара. Опасные для жизнедеятельности человека | 1 |
|  | факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь. Правила |  |
|  | поведения во время возникновения пожара1 |  |
| 5 | Утечка газа, причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, | 1 |
|  | возникающие при утечке газа, правила поведения при утечке газа |  |
| 6 | Утечка газа, причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, | 1 |
|  | возникающие при утечке газа, правила поведения при утечке газа1 |  |
| 7 | Затопление жилища, причины, последствия. Правила поведения при | 1 |
|  | затоплении жилища |  |
| 8 | Затопление жилища, причины, последствия. Правила поведения при | 1 |
|  | затоплении жилища1 |  |
| 9 | Виды средств бытовой химии по степени потенциальной опасности. Правила | 1 |
|  | безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции. |  |
|  | Химические ожоги, их причины, первая помощь при химическом ожоге |  |
| 10 | Виды средств бытовой химии по степени потенциальной опасности. Правила | 1 |
|  | безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции. |  |
|  | Химические ожоги, их причины, первая помощь при химическом ожоге1 |  |
| 11 | Регулирование улиц и дорог. Дорога и ее главные составные части. Дорожная | 1 |
|  | разметка и дорожные знаки. Группы дорожных знаков |  |
| 12 | Регулирование улиц и дорог. Дорога и ее главные составные части. Дорожная | 1 |
|  | разметка и дорожные знаки. Группы дорожных знаков1 |  |
| 13 | Перекрестки и их виды. Переход улиц и дорог. Дорожные ситуации, связанные с | 1 |
|  | закрытым обзором. Опасные ситуации на дорогах |  |
| 14 | Перекрестки и их виды. Переход улиц и дорог. Дорожные ситуации, связанные с | 1 |
|  | закрытым обзором. Опасные ситуации на дорогах1 |  |
| 15 | Правила безопасного поведения в природной среде Загрязнения воздуха, | 1 |
|  | воды, и почвы в местах проживания, их возможные причины. Профилактика |  |
|  | нарушений экологического равновесия |  |
| 16 | Загрязнения воздуха, воды, и почвы в местах проживания, их возможные | 1 |
|  | причины. Профилактика нарушений экологического равновесия |  |
| 17 | Правила поведения на воде. | 1 |
| 18 | Правила поведения на воде.1 | 1 |
| 19 | Средства первой помощи при укусе и последующие действия пострадавшего. | 1 |
|  | Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу |  |
| 20 | Средства первой помощи при укусе и последующие действия пострадавшего. | 1 |
|  | Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу1 |  |
| 21 | Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы. | 1 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 22 | Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы. 1 | 1 |
| 23 | Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного | 1 |
|  | поведения во время землетрясения |  |
| 24 | Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного | 1 |
|  | поведения во время землетрясения1 |  |
| 25 | Правила безопасного поведения в социальной средеВозможные опасные | 1 |
|  | ситуации при возникновении в жилище незнакомых людей. Правила |  |
|  | безопасного поведения при возникновении угрозы личной безопасности. |  |
|  | Распознание намерений незнакомца по его внешнему виду |  |
| 26 | Возможные опасные ситуации при возникновении в жилище незнакомых | 1 |
|  | людей. Правила безопасного поведения при возникновении угрозы личной |  |
|  | безопасности. Распознание намерений незнакомца по его внешнему виду |  |
| 27 | Поведение в экстремальной ситуации на улице. Алгоритм действий при | 1 |
|  | различных чрезвычайных ситуациях. Правила безопасного поведения при |  |
|  | обнаружении опасных предметов |  |
| 28 | Поведение в экстремальной ситуации на улице. Алгоритм действий при | 1 |
|  | различных чрезвычайных ситуациях. Правила безопасного поведения при |  |
|  | обнаружении опасных предметов1 |  |
| 29 | Государственная защита и обеспечения безопасности населения Что такое | 1 |
|  | эвакуация. Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации |  |
| 30 | Что такое эвакуация. Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации | 1 |
| 31 | Основы медицинских знаний Перевязочные и лекарственные средства. | 1 |
|  | Понятие о травме. Средства оказания первой медицинской помощи при |  |
|  | травмах |  |
| 32 | Основы здорового образа жизни Взаимосвязь между образом жизни и | 1 |
|  | здоровьем. Правила личной гигиены |  |
| 33 | урок обобщения и повторения | 1 |
| 34 | итоговый урок | 1 |

1. класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **тема** | **час** |
| 1. | Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде Переход улиц и дорог. | 1 |
|  | Ошибки пешеходов. Культура поведения на улицах и дорогах |  |
| 2. | Переход улиц и дорог. Ошибки пешеходов. Культура поведения на улицах и дорогах | 1 |
| 3. | Средства регулирования дорожного движения. Правила для велосипедистов. Выбери | 1 |
|  | ошибки, совершаемые пешеходами |  |
| 4. | Правила безопасного поведения в социальной среде Правила поведения при угрозе | 1 |
|  | террористического акта. Алгоритм действий при угрозе теракта |  |
| 5. | Правила поведения при угрозе террористического акта. Алгоритм действий при угрозе | 1 |
|  | теракта |  |
| 6. | Правила безопасного поведения в природной среде Определение экстремальной | 1 |
|  | ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций. Формула безопасности (основные |  |
|  | принципы самоспасения). Средства и способы самоспасения |  |
| 7. | Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций. | 1 |
|  | Формула безопасности (основные принципы самоспасения). Средства и способы |  |
|  | самоспасения |  |
| 8. | Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и | 1 |
|  | стрессового состояния. Последовательность действий при вынужденной автономии. |  |
|  | Сигналы бедствия и сигнальные средства |  |
| 9. | Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и | 1 |
|  | стрессового состояния. Последовательность действий при вынужденной автономии. |  |
|  | Сигналы бедствия и сигнальные средства1 |  |
| 10. | «Определи последовательность действий при вынужденной автономии». | 1 |
|  | Ориентирование на местности и выход к населенному пункту |  |
| 11. | «Определи последовательность действий при вынужденной автономии». | 1 |
|  | Ориентирование на местности и выход к населенному пункту1 |  |
| 12. | Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в | 1 |
|  | природных условиях по сохранению жизни и здоровья. Анализ ситуации и составление |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | общего плана действий по выживанию |  |
| 13. | Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в | 1 |
|  | природных условиях по сохранению жизни и здоровья. Анализ ситуации и составление |  |
|  | общего плана действий по выживанию1 |  |
| 14. | Оборудование временного укрытия. Виды летних и зимних укрытий. Разведение костра. | 1 |
|  | Типы костров. Обогрев временного жилища. Меры профилактики при отравлении |  |
|  | угарным газом |  |
| 15. | Оборудование временного укрытия. Виды летних и зимних укрытий. Разведение костра. | 1 |
|  | Типы костров. Обогрев временного жилища. Меры профилактики при отравлении |  |
|  | угарным газом |  |
| 16. | Воздействия жары на организм человека. Очистка воды. Опреснение воды. Рыбная ловля | 1 |
|  | и охота |  |
| 17. | Воздействия жары на организм человека. Очистка воды. Опреснение воды. Рыбная ловля | 1 |
|  | и охота1 |  |
| 18. | Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений. Смена | 1 |
|  | климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации |  |
| 19. | Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений. Смена | 1 |
|  | климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации1 |  |
| 20. | Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при | 1 |
|  | купании на воде. Меры безопасности при использовании гребными лодками. Первая |  |
|  | помощь утопающему |  |
| 21. | Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при | 1 |
|  | купании на воде. Меры безопасности при использовании гребными лодками. Первая |  |
|  | помощь утопающему1 |  |
| 22. | Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду. Правила спасения | 1 |
|  | при попадании в полынью. Осторожно, ледоход! |  |
| 23. | Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду. Правила спасения | 1 |
|  | при попадании в полынью. Осторожно, ледоход!1 |  |
| 24. | Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время | 1 |
|  | землетрясения |  |
| 25. | Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время | 1 |
|  | землетрясения1 |  |
| 26. | Государственная защита и обеспечения безопасности населения | 1 |
| 27. | Правила поведения при эвакуации | 1 |
| 28. | Основы медицинских знаний Медицинская аптечка, перевязочные и лекарственные | 1 |
|  | средства в условиях автономии. Лекарственные растения. Использование природных |  |
|  | лекарственных средств. |  |
| 29. | Медицинская аптечка, перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии. | 1 |
|  | Лекарственные растения. Использование природных лекарственных средств. |  |
| 30. | Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых. | 1 |
|  | Оказание помощи при травмах |  |
| 31. | Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых. | 1 |
|  | Оказание помощи при травмах1 |  |
| 32. | Основы здорового образа жизни Меры укрепления здоровья и профилактика | 1 |
|  | заболеваний. Питание человека. Влияние вредных привычек на здоровье |  |
| 33. | урок обобщения и повторения | 1 |
| 34. | итоговый урок | 1 |

1. класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | тема | час |
| 1 | Дорожно-транспортная структура города. Дорожные "ловушки" и навыки безопасного | 2 |
|  | поведения на дорогах. Навыки правильной оценки ситуации на дороге |  |
| 2 | Дорожно-транспортная структура города. Дорожные "ловушки" и навыки безопасного | 2 |
|  | поведения на дорогах. Навыки правильной оценки ситуации на дороге1 |  |
| 3 | Захват террористами транспортных средств. Правила поведения при угрозе | 2 |
|  | террористического акта. |  |
| 4 | Захват террористами транспортных средств. Правила поведения при угрозе | 2 |
|  | террористического акта.1 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 5 | Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера, причины ее возникновения. | 2 |  |
|  | Виды опасных природных явлений |  |  |
| 6 | Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера, причины ее возникновения. | 2 |  |
|  | Виды опасных природных явлений1 |  |  |
| 7 | Происхождение землетрясений. Основные понятия и параметры. Меры безопасности | 2 |  |
|  | в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения |  |  |
| 8 | Происхождение землетрясений. Основные понятия и параметры. Меры безопасности | 2 |  |
| в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения1 |  |
| 9 | Извержение вулканов. Правила поведения при извержении вулканов | 2 |  |
| 10 | Извержение вулканов. Правила поведения при извержении вулканов1 | 2 |  |
| 11 | Понятие о моретрясении и цунами, их происхождение. Рекомендации по правилам | 2 |  |
|  | безопасного поведения во время моретрясений и цунами |  |  |
| 12 | Понятие о моретрясении и цунами, их происхождение. Рекомендации по правилам | 2 |  |
|  | безопасного поведения во время моретрясений и цунами1 |  |  |
| 13 | Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах. Меры по предупреждению обвалов, | 2 |  |
|  | оползней, селей, лавин |  |  |
| 14 | Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах. Меры по предупреждению обвалов, | 2 |  |
|  | оползней, селей, лавин1 |  |  |
| 15 | Рекомендации населению по действиям при угрозе и ходе обвалов, оползней, селей, | 2 |  |
|  | лавин |  |  |
| 16 | Рекомендации населению по действиям при угрозе и ходе обвалов, оползней, селей, | 2 |  |
|  | лавин1 |  |  |
| 17 | Происхождение и оценка силы ураганов. Возможные последствия бурь, ураганов, | 2 |  |
|  | смерчей. Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей |  |  |
|  | Происхождение и оценка силы ураганов. Возможные последствия бурь, ураганов, |  |  |
|  | смерчей. Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей1 |  |  |
|  | Понятие о наводнениях, их классификация. Рекомендации населению по действиям |  |  |
|  | при угрозе наводнения и во время наводнения |  |  |
|  | Понятие о наводнениях, их классификация. Рекомендации населению по действиям |  |  |
|  | при угрозе наводнения и во время наводнения1 |  |  |
|  | Лесные пожары, их виды. Причины возникновения пожаров, их профилактика. Меры |  |  |
|  | безопасности в зоне лесных пожаров |  |  |
|  | Лесные пожары, их виды. Причины возникновения пожаров, их профилактика. Меры |  |  |
|  | безопасности в зоне лесных пожаров1 |  |  |
|  | Действия во время эвакуации из здания. Определение безопасного маршрута, |  |  |
|  | помощь младшим при эвакуации |  |  |
|  | Действия во время эвакуации из здания. Определение безопасного маршрута, |  |  |
|  | помощь младшим при эвакуации1 |  |  |
|  | Индивидуальные средства защиты, их назначение. Устройство противогазов и |  |  |
|  | респираторов. Способы применения |  |  |
|  | Индивидуальные средства защиты, их назначение. Устройство противогазов и |  |  |
|  | респираторов. Способы применения1 |  |  |
|  | Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы |  |  |
|  | остановки кровотечения. Правила наложения резинового жгута, повязок |  |  |
|  | Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы |  |  |
|  | остановки кровотечения. Правила наложения резинового жгута, повязок1 |  |  |
|  | Первая помощь при обморожении, ожоге |  |  |
|  | Первая помощь при обморожении, ожоге1 |  |  |
|  | Чередование труда и отдыха. Виды отдыха |  |  |
|  | Влияние вредных привычек на организм ребенка |  |  |
|  | урок обобщения и повторения |  |  |
|  | итоговый урок |  |  |

9 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол-во |
|  |  | часов |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Виды железнодорожного транспорта. Опасность в вагоне поезда | 1 |
| 2 | Правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях | 1 |
| 3 | Виды аварийных ситуаций на железной дороге. Правила поведения в аварийной | 1 |
|  | ситуации |  |
| 4 | Причины бедствий на реках, морях, океанах. Правила поведения на судне | 1 |
| 5 | Средства спасения (спасательный жилет, шлюпки, надувные плоты) | 1 |
| 6 | Правила эвакуации с аварийного судна. Ситуация «Человек за бортом». Пожары на | 1 |
|  | судах |  |
| 7 | Правила поведения в самолете. Действия при разгерметизации в самолете | 1 |
| 8 | Действия при пожаре в самолете | 1 |
| 9 | Правила безопасного поведения при угрозе и ходе террористического акта | 1 |
| 10 | Алгоритм действий при угрозе террористического акта | 1 |
| 11 | Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. | 1 |
|  | Пожаро - и взрывоопасные объекты |  |
| 12 | Промышленные аварии и катастрофы | 1 |
| 13 | Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Условия, | 1 |
|  | способствующие горению |  |
| 14 | Правила безопасного поведения при пожаре | 1 |
| 15 | Понятия о взрывах. Характеристика взрывов, их причины и последствия | 1 |
| 16 | Виды стихийных бедствий и катастроф, их последствия | 1 |
| 17 | Виды поражающих факторов и их воздействие на человека | 1 |
| 18 | Поражающие факторы ядерного взрыва. Комбинированные радиационные | 1 |
|  | поражения. |  |
| 19 | Основы оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении | 1 |
| 20 | Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении | 1 |
| 21 | Основные группы отравляющих веществ по силе и скорости воздействия. Причины, | 1 |
|  | вызывающие поражение отравляющими веществами |  |
| 22 | Основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими | 1 |
|  | веществами |  |
| 23 | Действия населения при оповещении о химическом заражении. Индивидуальные | 1 |
|  | средства защиты |  |
| 24 | Гидродинамические аварии, их причины и последствия | 1 |
| 25 | Понятие о зоне затопления. Правила безопасного поведения при наводнении | 1 |
| 26 | Меры безопасности и правила поведения в условиях землетрясения | 1 |
| 27 | Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. | 1 |
|  | Эвакуация при возникновении ЧС техногенного характера |  |
| 28 | Средства индивидуальной защиты. Виды противогазов | 1 |
| 29 | Устройство противогаза, правила пользования | 1 |
| 30 | Виды респираторов, устройство, правила пользования | 1 |
| 31 | Понятие о переломах. Общие принципы оказания первой медицинской помощи при | 1 |
|  | открытых и закрытых переломах |  |
| 32 | Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Общие правила оказания | 1 |
|  | первой медицинской помощи при отравлении химическими веществами |  |
| 33 | Влияние физических упражнений на развитие растущего организма, закаливание | 1 |
| 34 | Понятие о токсикомании и наркомании. Развитие психической зависимости от | 1 |
|  | наркомании. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными |  |
|  | препаратами |  |