|  |  |
| --- | --- |
|  | **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 |  |