

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ОБЖ В 6-9 КЛАССАХ

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами обучения Основам безопасности жизнедеятельности в основной школе является формирование всесторонне образованной, инициативной и успешной личности, обладающей системой современных мировоззренческих взглядов, ценностных ориентации, идейно-нравственных, культурных и этических принципов и норм поведения.

Важнейшие личностные результаты:

- осознание важности здорового образа жизни;
 - соблюдение правил здорового образа жизни;
 - соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
- и способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
- и способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
- быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

Предметные результаты обучения:

- расширение знаний о здоровом образе жизни, ситуациях, которые нарушают его, и причинах их возникновения;
 - использование полученных знаний в учебных ситуациях, применение знаний для прогнозирования и оценки поведения;
 - расширение кругозора и культурного опыта школьника, формирование умения воспринимать мир не только рационально, но и образно.
-
1. формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
 2. формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
 3. понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
 4. понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
 5. понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
 6. формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
 7. формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
 8. понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
 9. знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
 10. знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
 11. умение оказать первую помощь пострадавшим;

12. умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
13. умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметными результатами обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности является (УУД).

Регулятивные УУД:

1. умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
2. умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
3. умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
4. умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
5. владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Содержание учебного предмета

Основы безопасности жизнедеятельности 6 класс

(34 часа, 1 час в неделю)

На природе. Турпоход (18 часов)

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ

Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях. Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климатогеографических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.

Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Причины, влияющие на поведение человека, — факторы выживания. Группы факторов выживания: личностные, природные, материальные, постприродные. Понятие о стрессорах выживания. Различные стрессоры и способы их побороть.

Психологические основы выживания в природных условиях. Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

Страх — главный психологический враг. Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния. Способы побороть страх. Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли.

Подготовка к походу и поведение в природных условиях. Основные способы избежать экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к походу: обеспечение безопасности, распределение обязанностей, продуктов и снаряжения, выбор маршрута. Правила безопасного поведения на природе: соблюдение дисциплины, передвижение группой, внимательность, бережное отношение к природе, соблюдение границ полигона, поиск и запоминание ориентиров.

Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности. Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью (проветривание и просушивание) в походе. Особенности подготовки к походу в зимнее время.

Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях. Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Правила поведения в случае аварии самолета или автомобиля, при стихийном бедствии. Принятие решения двигаться к населенному пункту или оставаться на месте. Правила безопасного поведения: оборудование аварийного лагеря, назначение командира, распределение обязанностей, предотвращение конфликтов.

Действия при потере ориентировки. Основные правила поведения в случае, когда человек заблудился. Как вспомнить пройденный путь, оценить расстояние до источников звука и света, воспользоваться маркировкой маршрутов. Чего нельзя делать, если вы заблудились. Определение направления по встречным дорогам и тропам, ручьям и рекам. Выход к населенному пункту в зимнее время по лыжне. Определение направления выхода при отставании в походе от группы.

Способы ориентирования и определение направления движения. Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров,

Техника движения в природных условиях. Правила безопасного движения по склонам холмов и гор, вдоль ручья. Способы переправы через реку. Особенности передвижения в зимнее время: по снегу, руслам замерзших рек, по льду. Преодоление заболоченных участков.

Сооружение временного жилища, добывание и использование огня. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время (шалаш, навес, иглу). Особенности укрытий в горах. Выбор места и правила разведения костра (в том числе в ненастную погоду и зимнее время). Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.

Обеспечение питанием и водой. Чувство голода и обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.

Поиск и приготовление пищи. Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре корней и клубней, рыбы, мелких животных. Основные правила рыбалки.

Особенности лыжных, водных и велосипедных походов. Подготовка к лыжным походам: тренировки, выбор одежды и обуви, группового снаряжения. Правила безопасного поведения в водном походе. Подготовка к велосипедному походу, основные правила безопасности.

Безопасность на водоемах. Виды опасности на воде. Правила безопасного поведения на зимних водоемах (при передвижении по льду). Правила безопасного поведения на водоемах летом (при купании).

Сигналы бедствия. Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

БЕЗОПАСНОСТЬ В ДАЛЬНЕМ (ВНУТРЕННЕМ) И МЕЖДУНАРОДНОМ (ВЫЕЗДНОМ) ТУРИЗМЕ

Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Понятие о дальнем и международном туризме. Факторы, влияющие на его безопасность (заболевания, травматизм, стихийные бедствия, политическая ситуация в стране пребывания и др.).

Акклиматизация в различных природно-климатических условиях. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Рекомендации по адаптации к смене часовых поясов и климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера.

Основы комплексной безопасности 2 часа.

Коллективные и индивидуальные средства защиты. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.

Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Правила безопасного поведения при захвате. Порядок действий во время операции по освобождению заложников.

Взрывы в местах массового скопления людей. Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи 5 часов.

Средства оказания первой помощи. Аптечка первой помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания первой помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи.

Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей. Укусы насекомых и их последствия для организма человека. Оказание первой помощи при укусах ядовитого насекомого. Как уберечься от укуса клеща и вызываемого им энцефалита. Признаки укуса ядовитой змеей и правила оказания первой помощи укушенному. Меры предосторожности от укусов ядовитых змей.

Первая помощь при ожогах. Термический ожог. Степени ожогов и их признаки. Первая помощь при ожогах кожи. Солнечный ожог, его признаки и первая помощь при нем.

Тепловой и солнечный удар. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры предупреждения их наступления.

Обморожения и общее охлаждение организма. Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.

Бедствие на воде. Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой помощи при утоплении.

Закрытые травмы. Понятие о травме. Виды закрытых травм (ушиб, растяжение, разрыв, вывих, перелом, сдавление). Причины, вызывающие каждый вид травмы, признаки травм и оказание первой помощи.

Способы переноски пострадавших. Способы переноски (на шесте, носилках, в рюкзаке и др.). Изготовление переносных приспособлений.

Когда человек сам себе враг, 5 часов

Причины возникновения вредных привычек. При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия. Отрицательное влияние алкоголя на умственное развитие и успешность обучения школьника. Истоки традиционного отношения русского народа к злоупотреблению алкоголем. «Мода» на курение среди молодёжи. Медицинские исследования о вреде курения на растущий организм. Самовоспитание: противодействие желанию закурить.

Содержание учебного материала

7 класс (1 час в неделю, 34 ч. в год)

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ, ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА

Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация. Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

Происхождение и классификация землетрясений. Понятие о землетрясении. Сейсмические пояса и сейсмически активные районы. Понятие об очаге и эпицентре землетрясения. Причины возникновения землетрясений и их последствия. Классификация землетрясений по происхождению. Отслеживание землетрясений с помощью сейсмографа.

Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь. Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясений. Оценка землетрясений по шкале Рихтера и шкале Меркалли. Типичные проявления землетрясений и уровень разрушений при различных величинах магнитуды и интенсивности. Типичные последствия землетрясений, их характеристика. Меры по снижению ущерба от землетрясений.

Правила безопасного поведения при землетрясениях. Основные причины несчастных случаев при землетрясениях. Меры по предотвращению повреждений или уменьшению их тяжести. Признаки приближающегося землетрясения. Действия при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время него и после: на улице, в школе, в доме (квартире). Правила безопасного поведения в случае попадания в завал.

ВУЛКАНЫ

Общее понятие о вулканах. Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумароле. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи.

Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов. Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.

ОПОЛЗНИ, СЕЛИ, ОБВАЛЫ И СНЕЖНЫЕ ЛАВИНЫ

Общее условие возникновения оползней, селей, обвалов и лавин. Зоны повышенной опасности на территории России.

Оползни. Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней.

Сели (селевые потоки). Из истории селей. Понятие о селе. Причины образования селей, их характерные особенности и места возникновения. Классификация селей по составу селеобразующих пород, мощности и высоте истоков. Теплая и холодная зона селеопасных горных районов на территории России.

Обвалы. Из истории обвалов. Понятие об обвале. Причины, вызывающие обвалы. Классификация обвалов по мощности и масштабу. Разновидности обвалов и их характеристика.

Снежные лавины. Из истории лавин. Понятие о лавине. Характерные особенности лавин, места и причины их возникновения. Помощь поисковых собак в обнаружении засыпанных снегом людей.

Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Основные поражающие факторы оползней, селей, обвалов и лавин, наносимый ими ущерб. Меры по предупреждению этих явлений и снижению потерь от них. Правила безопасности для населения, проживающего в опасных районах.

Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины и во время него. Действия, способствующие безопасному выходу из зоны стихийного бедствия.

УРАГАНЫ, БУРИ, СМЕРЧИ

Происхождение ураганов, бурь и смерчей. Шкала Бофорта и измерение скорости воздушных масс. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Понятие о циклонах и их характеристика. Области зарождения тропических циклонов.

Классификация ураганов, бурь и смерчей. Понятие об урагане. Классификация ураганов по скорости ветра. Происхождение ураганов и причиняемые ими разрушения. Понятие о буре. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц и скорости ветра. Понятие о смерче. Классификация смерчей по происхождению, строению, времени действия и охвату пространства.

Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей и наносимый ими ущерб. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей.

Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Подходящие укрытия. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча и после них.

НАВОДНЕНИЯ

Виды наводнений. Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу. Виды наводнений по причинам возникновения и их характеристика.

Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы наводнений и наносимый ими ущерб. Радикальные средства защиты и оперативные предупредительные меры по снижению потерь от наводнений.

Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Действия в случае внезапного наводнения и правила самостоятельной эвакуации. Правила безопасного поведения после наводнения.

ЦУНАМИ

ИЗ ИСТОРИИ ЦУНАМИ

Причины и классификация цунами. Понятие о цунами. Классификация цунами по причинам возникновения и интенсивности.

Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы цунами и последствия их воздействия. Предупредительные меры по снижению потерь среди населения. Признаки приближения цунами. Меры по уменьшению ущерба от цунами.

Правила безопасного поведения при цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами. Рекомендуемые и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами.

ПРИРОДНЫЕ ПОЖАРЫ

Причины природных пожаров и их классификация. Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика.

Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение. Основные поражающие факторы природных пожаров и последствия их воздействия. Способы тушения природных пожаров. Меры по предупреждению природных пожаров. Запрещенные действия в лесу в пожароопасный сезон.

Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара или около нее. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу.

МАССОВЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЮДЕЙ, ЖИВОТНЫХ И РАСТЕНИЙ

ИЗ ИСТОРИИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений.

Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений. Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ УСЛОВИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

Человек и стихия. Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию.

Характер и темперамент. Понятие о темпераменте. Типы темперамента и их характеристика. Понятие о характере. Влияние темперамента и характера на действия в чрезвычайной ситуации.

Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии. Особенности психологических процессов во время стихийных бедствий. Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику неподготовленного человека. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

НАЛОЖЕНИЕ ПОВЯЗОК И ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ

Правила наложения повязок. Разновидности повязок и их характеристика. Индивидуальный пакет первой помощи. Общие правила наложения повязок. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, грудь.

Первая помощь при переломах, переноска пострадавших. Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов, первая помощь при травме кости. Способы наложения шин. Принципы и способы транспортировки пострадавших. Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

РЕЖИМ УЧЕБЫ И ОТДЫХА ПОДРОСТКА

Режим — необходимое условие здорового образа жизни. Понятие о режиме. Формирование навыков здорового образа жизни. Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

Профилактика переутомления и содержание режима дня. Понятия о режиме дня и бюджете времени. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Активный отдых, сон и рациональное питание. Трудовая деятельность школьников. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Рекомендации по повышению эффективности самоподготовки.

Содержание учебного материала

8 класс (1 час в неделю, 34 ч. в год)

Безопасность и защита человека в ЧС техногенного характера – 21 час

Промышленные аварии и катастрофы. Их причины и возможные последствия. Общее понятие чрезвычайной ситуации техногенного характера, понятие аварии и катастрофы. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу распространения и с учетом тяжести последствий. Потенциально опасные объекты.

Пожары и взрывы, их характеристика, пожаро-взрывоопасные объекты. Причины и возможные последствия. Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. Пожары и паника.

Промышленные аварии с выбросом опасных химических веществ. Химически опасные объекты производства. Причины аварий и возможные последствия при авариях на химически опасных объектах. Сильнодействующие ядовитые вещества (АХОВ), их характеристика и поражающие факторы. Защита населения от АХОВ. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом опасного химического

вещества. Аварии на радиационно опасных объектах, их причины и возможные последствия. Основные виды радиационно опасных объектов. Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС. Характер поражения людей и животных. Правила безопасного поведения при радиационных авариях. Режимы радиационной защиты.

Гидродинамические аварии, их причины и последствия. Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Правила безопасного поведения при угрозе и в ходе наводнения при гидродинамической аварии. Влияние деятельности человека на окружающую среду. Биосфера и человек. Экология и экологическая опасность. Экологическая система, экологический кризис, экологическая катастрофа. Виды загрязнения биосферы. Загрязнение атмосферы, вод, почв. Понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ.

Краткая характеристика состояния окружающей среды в регионе и месте проживания. Мероприятия по защите здоровья человека, проводимые в местах нарушения экологического равновесия. Правила безопасного поведения в экологически неблагоприятных районах.

Обучение способам оповещения населения о чрезвычайных ситуациях в городах, населенных пунктах и на промышленных предприятиях. Сигнал - "Внимание всем!". Речевая информация, передаваемая по радиоприемнику, телевизору о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Обучение правилам эвакуации населения. Организация и проведение эвакуации. Ознакомление с защитными сооружениями гражданской обороны, порядком их использования.

Ознакомление с организацией защиты сельскохозяйственных объектов в зонах чрезвычайных ситуаций. Мероприятия по защите сельскохозяйственных животных при стихийных бедствиях, производственных авариях. Мероприятия по защите фуража, воды, продуктов животноводства от заражения. Отработка практических действий обучаемых при возникновении аварий и катастроф, наиболее вероятных для регионов проживания.

Практические работы:

1. Составление схемы «ЧС техногенного характера в Псковской области»
2. Изготовление ватно-марлевой повязки

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи - 7 часов

Первая помощь при отравлении АХОВ удушающего и общеядовитого действия, при отравлении АХОВ нейротропного действия, при поражении соединениями тяжёлых металлов и мышьяка, при отравлениях средствами бытовой химии и минеральными удобрениями.

Практические работы:

3. Составление алгоритма действий при поражении АХОВ удушающего и общеядовитого действия
4. Составление алгоритма действий при отравлении АХОВ нейротропного действия
5. Составление алгоритма действий при поражении соединениями тяжёлых металлов и мышьяка

Основы здорового образа жизни – 2 часа

Физическая культура и закаливание. Занятия физкультурой и спортом. Воспитание необходимых физических качеств.

Практические работы:

6. Составление комплекса упражнений для утренней гимнастики

Основы репродуктивного здоровья подростка-3 часа

Беременность и формирование плода. Факторы, способствующие рождению здорового ребенка. Понятие о воспитании детей.

Содержание учебного предмета
9 класс (1 час в неделю, 34 ч. в год)

1.Терроризм-угроза обществу.

Действия населения при угрозе терроризма.

Пожаробезопасность в условиях угрозы и при совершении террористических актов.

Практическая работа *Отработка навыков эвакуации из здания школы при угрозе ЧС*

Раздел 1. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Глава 1. Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях.

Сигнал «Внимание всем!».

Речевая информация, передаваемая по радио, приемнику, телевизору о чрезвычайных ситуациях

Глава 2. Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов.

Определение международного гуманитарного права и сфера его применения.

Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение.

Медицинский и духовный персонал.

Защита военнопленных.

Гражданское население.

Ответственность за нарушение норм международного гуманитарного права

Глава 3. Безопасное поведение в криминогенных ситуациях.

Понятие преступления.

Виды и категории преступлений.

Возраст, с которого наступает уголовная ответственность.

Защита от мошенников.

О безопасности девушек.

Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях

Раздел 2. Основы медицинских знаний и охрана здоровья.

Глава 1. Профилактика травм в старшем школьном возрасте.

Причины травматизма в старшем школьном возрасте и пути их предотвращения.

Безопасное поведение в школе и дома.

Безопасное поведение на занятиях физкультурой и спортом.

Безопасное поведение на улице.

Глава 2. Первая медицинская помощь при травмах.

Профилактика осложнения ран.

Асептика и антисептика.

Травмы головы, позвоночника и спины.

Глава 3. Экстренная реанимационная помощь.

Признаки смерти и жизни .

Прекардиальный удар в область грудины.

Непрямой массаж сердца.

Искусственная вентиляция легких.

Остановка сердца и прекращение дыхания.

Практические работы Составление памятки «Безопасное поведение на улице»

Отработка навыков экстренной реанимационной помощи с использованием манекена

Раздел 3. Основы здорового образа жизни

Глава 1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.

Здоровье человека.

Здоровый образ жизни - путь к достижению высокого уровня здоровья.

Современные методы оздоровления.

Факторы риска во внешней среде и внутренней среде организма человека. Их влияние на здоровье.

Глава 2. Личная гигиена.

Гигиена кожи.

Гигиена питания и воды.

Гигиена одежды.

Гигиена жилища.

Гигиена индивидуального строительства.

Глава 3. Физиологические и психологические особенности организма подростка.

Физиологическое и психологическое развитие.

Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях.

Управление чувствами и эмоциями.

Суицид и подросток

Глава 4. Факторы, разрушающие здоровье человека

Основные понятия вредных привычек.

Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих.

Употребление алкоголя и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Наркомания и ее отрицательные последствия на здоровье человека.

Профилактика вредных привычек.

Практическая работа Навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»

Тематическое планирование 6 класс

№	Название раздела, темы	Количество часов	Практические занятия	Контрольные работы
1	На природе. Турпоход	18	2	1
	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях Факторы и стрессоры выживания в природных условиях Психологические основы выживания в природных условиях Подготовка к походу и поведение в природных условиях Надежные одежда и обувь. Практическая работа №1 «Составление списка вещей для 2-дневного похода» Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях Действия при потере ориентировки Способы ориентирования и определение направления движения. Практическая работа №2 «Работа с компасом и картой» Техника движения в природных условиях Сооружение временного жилища, добывание и использование огня Обеспечение питанием и водой Поиск и приготовление пищи Особенности лыжных, водных и велосипедных походов Безопасность на водоемах Сигналы бедствия. Факторы, влияющие на безопасность в туризме. Акклиматизация в различных природно-климатических условиях Обобщающий урок по теме «Экстремальные ситуации в природных условиях» Контрольная работа			
2	Основы комплексной безопасности	2	1	
	Коллективные и индивидуальные средства защиты. Практическая работа №3 «Пользование повреждённым			

	противогазом» Захват террористами транспортных средств. Взрывы в местах массового скопления людей			
3	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	5	1	1
	Средства оказания первой помощи. Практическая работа №4 «Составление списка походной аптечки» Первая помощь при укусах насекомых и змей Первая помощь при ожогах. Солнечный удар. Обморожения и общее охлаждение организма Контрольная работа			
4	Когда человек сам себе враг	5		1
	Причины возникновения вредных привычек Вред алкоголя Курение и здоровье Гигиена и культура питания Контрольная работа. Промежуточная аттестация			
	Резерв	4		
ИТОГО:		34	4	3

Тематическое планирование 7 класс

Темы	Часы		
	По теме	Практических работ	Контрольных работ
Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания	24	1	4

1. ЧС природного характера. Практическая работа № 1 «Составление схемы «ЧС природного характера в Псковской области» 2. Землетрясение. Причины возникновения землетрясения 3. Последствия землетрясений. Защита населения от последствий землетрясений 4. Правила безопасного поведения населения при землетрясении 5. Тестирование по теме "Землетрясения". Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле 6. Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов 7. Оползни и снежные лавины 8. Сели и обвалы 9. Правила безопасного поведения при угрозе оползней, селей, обвалов, лавин 10. Тестирование по теме "Оползни, обвалы, сели". Ураганы, бури, смерчи 11. Последствия ураганов, бурь, смерчей 12. Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь, смерчей 13. Наводнения 14. Последствия наводнения и меры по уменьшению потерь от наводнения 15. Правила безопасного поведения во время наводнения 16. Цунами 17. Правила безопасного поведения во время цунами 18. Тестирование по теме "Наводнения и цунами". Лесные и торфяные пожары 19. Последствия и предупреждение лесных и торфяных пожаров 20. Правила безопасного поведения при лесных и торфяных пожарах 21. Массовые инфекционные заболевания: эпидемии, эпизоотии, эпифитотии 22. Защита от массовых инфекционных заболеваний 23. Тестирование по теме " Массовые инфекционные заболевания". Психологические основы выживания в ЧС природного характера 24. Психологические особенности поведения человека после стихийного бедствия			
--	--	--	--

Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	6	4	1
1. Повязки. Общая характеристика 2. Практическая работа № 2 «Навыки наложения повязок на руку» 3. Практическая работа № 3 «Навыки наложения повязок на ногу» 4. Переломы верхних и нижних конечностей. Практическая работа № 4 «Первая помощь при переломах верхних и нижних конечностей» 5. Практическая работа № 5 «Способы переноски пострадавших». 6. Контрольная работа по теме "Основы мед. знаний"			
Раздел 3. Основы здорового образа жизни	2	-	-
1. Режим – необходимое условие здорового образа жизни 2. Профилактика переутомления и содержания режима дня			
Резерв	2	-	-
Итого:	34	5	5

Тематическое планирование 8 класс

Тема	Количество часов	Количество практических работ	Количество контрольных работ
Безопасность и защита человека в ЧС техногенного характера	21	2	1
1. ЧС техногенного характера. Практическая работа № 1 «Составление схемы «ЧС техногенного характера в Псковской области» 2. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах 3. Причины возникновения пожаров и взрывов и их последствия 4. Основные поражающие факторы пожаров и взрывов 5. Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах 6. Аварии с выбросом аварийно химически			

опасных веществ 7. Причины и последствия аварий на химически опасных объектах 8. Защита населения от аварийно химически опасных веществ. Практическая работа №2 «Изготовление ватно-марлевой повязки». 9. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ 10. Аварии с выбросом радиоактивных веществ 11. Последствия радиационных аварий 12. Характер поражения людей и животных, загрязнение растений и продуктов питания 13. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом радиоактивных веществ 14. Гидродинамические аварии 15. Причины и последствия гидродинамических аварий 16. Меры по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах 17. Правила безопасного поведения при гидродинамических авариях 18. Нарушение экологического равновесия, изменение состава атмосферы и состояния гидросферы. 19. Изменение состояния суши. Показатели предельно допустимых воздействий на природу 20. Обобщающий урок по теме «Безопасность и защита человека в ЧС техногенного характера» 21. Контрольная работа «Безопасность и защита человека в ЧС техногенного характера»			
Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	7	3	1
1. Первая мед.помощь при поражении АХОВ удушающего и общедовитого действия. Практическая работа «Составление алгоритма действий при поражении АХОВ удушающего и общедовитого действия». 2. Первая мед.помощь при отравлении АХОВ нейротропного действия. Практическая работа «Составление алгоритма действий при отравлении АХОВ нейротропного действия» 3. Первая мед.помощь при поражении метаболическими ядами, соединениями тяжёлых металлов и мышьяка. Практическая			

работа «Составление алгоритма действий при поражении соединениями тяжёлых металлов и мышьяка» 4. Первая мед.помощь при ожогах химическими веществами 5. Первая мед.помощь при отравлении бытовыми химикатами и минеральными удобрениями 6. Обобщающий урок по теме «Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи» 7. Контрольная работа			
Основы здорового образа жизни	2	1	
1. Занятия физкультурой и спортом. Практическая работа «Составление комплекса упражнений для утренней гимнастики» 2. Закаливание организма			
Основы репродуктивного здоровья подростка	3	-	
1. Половая система человека 2. Развитие ребенка 3. Обобщающий урок			
Резерв	1	-	
Итого	34	6	2

Тематическое планирование 9 класс

Тема	Количество часов	Количество контрольных работ	Количество практических работ
Терроризм-угроза обществу	3		1
1. Терроризм-угроза обществу 2. Действия населения при угрозе терроризма 3. Пожаробезопасность в условиях угрозы и при совершении теракта.			
Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях.	6		
Глава 1. Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)	2		
1. Цели и задачи РСЧС. Структура РСЧС 2. Режимы функционирования РСЧС.			

Силы и средства ликвидации ЧС			
Глава 2. Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов	2		
1. Определение международного гуманитарного права и сфера его применения. Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Медицинский и духовный персонал. Защита военнопленных. 2. Гражданское население. Ответственность за нарушение норм международного гуманитарного права			
Глава 3. Безопасное поведение в криминогенных ситуациях	2		
1. Понятие преступления. Виды и категории преступлений. Действия в криминогенных ситуациях. Возраст, с которого наступает уголовная ответственность. О безопасности девушек. Защита от мошенников 2. Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях.			
Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей	7	1	2
1. Причины и профилактика травматизма в старшем школьном возрасте и пути их предотвращения 2. Безопасное поведение дома, в школе и на занятиях физкультурой и спортом. Безопасное поведение на улице. 3. Профилактика осложнение ран. Асептика и антисептика 4. Травмы головы, позвоночника и спины 5. Признаки смерти и жизни. Прекардиальный удар в область грудины 6. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких. Остановка сердца и прекращение дыхания. 7. Контрольная работа №1 Тема: «Первая медицинская и первая реанимационная помощь»			2

Основы здорового образа жизни	18	1	2
Глава 1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни	3		
1. Здоровье человека. Здоровый образ жизни - путь к достижению высокого уровня здоровья. 2. Современные методы оздоровления. 3. Факторы риска во внешней среде и внутренней среде организма человека. Их влияние на здоровье			1
Глава 2. Личная гигиена	1		
1. Гигиена кожи и питания Гигиена воды и одежды. Гигиена жилища и индивидуального строительства			
Глава 3. Физиологические и психологические особенности организма подростка	4		
1. Физиологическое и психологическое развитие подростков 2. Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях 3. Управление чувствами и эмоциями 4. Суицид и подросток			
Глава 4. Факторы, разрушающие здоровье человека	10		
1. Употребление табака и его влияние на здоровье 2. Алкоголь, его влияние на организм. 3. Наркомания и токсикомания. Их последствия для здоровья. 4. Инфекции, передающиеся половым путем. ВИЧ и СПИД. Профилактика инфекций передающихся половым путем. 5. Стрессовые ситуации возникающие в повседневной жизни. 6. Влияние бытовой техники и средств связи на здоровье человека. Здоровый сон. 7. Природные и социально-экономические факторы влияющие на здоровье человека.			1

8. Контрольная работа №2 Тема: «Факторы, разрушающие здоровье человека» 9. Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях. 10. Правила безопасного проведения каникул.			
Итого:	34	2	5