

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Мурманска
«Средняя общеобразовательная школа № 57»**

Рассмотрено
на заседании МО учителей
физической культуры и ОБЖ
Протокол № _____
от «___» августа 2017 г.

Согласовано на заседании
методсовета
Заместитель директора по УВР
_____ В.Л. Колычева
«___» августа 2017 г.

Утверждено приказом от «___» _____ 2017
№ _____
Директор МБОУ г. Мурманска СОШ № 57
_____ В.В. Потемкин

**Рабочая программа
основного общего образования
по основам безопасности жизнедеятельности
ФГОС**

Мурманск
2017

Рабочая программа разработана на основе *Примерной программы* в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897 и в соответствии с базисным учебным планом. Реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Учащийся должен знать:

- наиболее распространенные чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее распространенные в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- основы государственной стратегии Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по организации противодействия терроризму;
- основные виды террористических актов, их цели и способы проведения;
- правила безопасного поведения при угрозе террористических актов;
- основы государственной политики Российской Федерации противодействию наркотизму;
- основные меры по профилактике наркомании и токсикомании;
- наиболее популярные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при этом.

Учащийся должен уметь:

- предвидеть возникновение наиболее распространенных опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать грамотные решения и умело действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций, обеспечивая личную безопасность;
- уверенно действовать при угрозе террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях.

Учащиеся должны обладать компетенциями по практическому применению полученных знаний и умений:

- для обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- для подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- для оказания первой помощи пострадавшим;
- для формирования убеждений и потребности в соблюдении норм разумного и здорового образа жизни.

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма,

чувства ответственности и долга перед родиной;

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- 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;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал школы, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций школьников.

Рабочая программа рассчитана на **34 учебных часа (1 час в неделю)**. Итоговый и промежуточный контроль знаний учащихся осуществляется в виде тестирования.

Учебно-тематический план 5 – 9 классы

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем	Количество часов по классам					Количество часов
		5	6	7	8	9	
<i>Раздел I</i>	Основы безопасности личности, общества и государства	27	23	30	30	11	121
<i>Раздел II</i>	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	3	8	2	3	9	25
<i>Раздел III</i>	Основы здорового образа жизни	4	3	2	1	14	24
Всего часов		34	34	34	34	34	170

**Учебно-тематический план
5 класс**

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем	Количество часов
<i>Раздел I</i>	Основы безопасности личности, общества и государства	27
Тема 1	Личная безопасность в повседневной жизни.	10
Тема 2	Безопасность на дорогах и на транспорте.	7
Тема 3	Опасные ситуации социального характера	4
Тема 4	Загрязнение среды обитания	3
Тема 5	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	2
<i>Раздел II</i>	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	7
Тема 1	Правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях	3
<i>Раздел III</i>	Основы здорового образа жизни	4
Всего часов		34

**Учебно-тематический план
6 класс**

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем	Количество часов
Раздел I	Основы безопасности личности, общества и государства	23
Тема 1	Экстремальные ситуации в природных условиях	18
Тема 2	Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме	2
Тема 3	Безопасность в чрезвычайных ситуациях	3
Раздел II	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	8
Тема 1	Правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях	8
Раздел III	Основы здорового образа жизни	3
Всего часов		34

**Учебно-тематический план
7 класс**

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем	Количество часов
Раздел I	Основы безопасности личности, общества и государства	30
Тема 1	Землетрясения	3
Тема 2	Вулканы	1
Тема 3	Обвалы, оползни, сели и снежные лавины	6
Тема 4	Ураганы, бури, смерчи	4
Тема 5	Наводнения	3
Тема 6	Цунами	3
Тема 7	Природные пожары	4
Тема 8	Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений	2
Тема 9	Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера	3
Раздел II	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	2
Тема 1	Наложение повязок и помощь при переломах	2
Раздел III	Основы здорового образа жизни	2
Тема 1	Режим учебы и отдыха подростка	2

Всего часов	34
--------------------	-----------

**Учебно-тематический план
8 класс**

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем	Количество часов
Раздел I	Основы безопасности личности, общества и государства	30
Тема 1	Производственные аварии и катастрофы	2
Тема 2	Взрывы и пожары	7
Тема 3	Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ	6
Тема 4	Аварии с выбросом радиоактивных веществ	5
Тема 5	Гидродинамические аварии	
Тема 6	Чрезвычайные ситуации на транспорте	2
Тема 7	Чрезвычайные ситуации экологического характера	5
Раздел II	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	3
Раздел III	Основы здорового образа жизни	2
Всего часов		34

**Учебно-тематический план
9 класс**

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем	Количество часов
Раздел I	Основы безопасности личности, общества и государства	11
Тема 1	Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	3
Тема 2	Международное гуманитарное право	3
Тема 3	Безопасное поведение в криминогенных ситуациях	3
Тема 4	Современный комплекс проблем безопасности	2
Раздел II	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	9
Тема 1	Профилактика травм в старшем школьном возрасте	3
Тема 2	Основы медицинских знаний	6
Раздел III	Основы здорового образа жизни	14

Тема 1	Здоровье и здоровый образ жизни	3
Тема 2	Личная гигиена	3
Тема 3	Физиологические и психологические особенности организма подростка	4
Тема 4	Факторы, разрушающие здоровье человека	4
Всего часов		34

Содержание курса

5 класс

Основы безопасности личности, общества и государства

Личная безопасность в повседневной жизни

Особенности города как среды обитания человека. Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в опасных ситуациях.

Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта). Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

Пожар. Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

Затопление квартиры. Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

Электричество. Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

Опасные вещества и продукты питания. Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

Взрыв и обрушение дома. Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

Опасность толпы. Чем опасна толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

Собака бывает кусачей. Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

Безопасность на дорогах и на транспорте

Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий. Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.

Безопасное поведение пешеходов и пассажиров. Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.

Безопасность в общественном транспорте и автомобиле. Особенности видов городского общественного транспорта и характеристика основных типов аварийных ситуаций на них. Правила безопасного поведения в автобусе (в случае аварии), троллейбусе и трамвае (при нахождении под током). Зоны опасности в метрополитене, их характеристика. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (остановке в туннеле, падении на пути и т. п.). Правила безопасного поведения пассажира автомобиля во время поездки, при неизбежном столкновении.

Железнодорожный транспорт. Характеристика железнодорожного транспорта. Опасные зоны железнодорожного транспорта. Правила поведения на железнодорожном транспорте (во время ожидания и движения поезда). Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде.

Авиационный транспорт. Характеристика авиационного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

Морской и речной транспорт. Характеристика водного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила эвакуации с судна. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Правила посадки на спасательное средство (шлюпку, надувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

Опасные ситуации социального характера

Психологические основы самозащиты. Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде. Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства. Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

Как избежать опасных домогательств. Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

Правила поведения при захвате в заложники. Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

Загрязнение среды обитания

Современная экологическая ситуация в мире (уничтожение лесов, загрязнение воды, разрушение озонового слоя). Почему важно охранять природу.

Загрязнение воды. Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

Загрязнение воздуха. Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

Загрязнение почвы. Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

Средства индивидуальной защиты органов дыхания

Фильтрующие противогазы. Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение. Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

Правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях

Виды ранений, их причины и первая помощь. Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

Общая характеристика кровотечений. Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

Первая помощь при кровотечении. Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

Основы здорового образа жизни

Движение и здоровье. Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

Нарушения осанки и причины их возникновения. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

Телевизор и компьютер — друзья или враги? Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

Развитие и изменение организма в вашем возрасте. Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

Физическое и нравственное взросление человека. Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления.

6 класс

Основы безопасности личности, общества и государства

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, руслу замерзших рек, по льду. Преодоление заболоченных участков.

Сооружение временного жилища, добытие 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.

Безопасность в чрезвычайных ситуациях

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 правила оказания первой медицинской помощи

Правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях

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 про 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.

Основы здорового образа жизни

Правильное питание — основа здорового образа жизни. Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Калорийность продуктов питания. Суточная потребность человека в калориях. Соотношение расхода энергии к потребляемым калориям, избыток и недостаток их в рационе. Сбалансированное питание.

Значение белков, жиров и углеводов в питании человека. Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащиеся их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.

Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета.

Особенности подросткового возраста. Развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения. Взаимоотношения с родителями.

7 класс

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

Из истории землетрясений.

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

Из истории извержений вулканов.

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

Из истории ураганов, бурь, смерчей.

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

Из истории наводнений.

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 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

Из истории лесных пожаров.

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 ситуациях 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 медицинской 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.

Основы безопасности личности, общества и государства

Производственные аварии и катастрофы

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

Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них. Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины аварий и катастроф техногенного характера. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Заблаговременные меры по предупреждению и защите от чрезвычайных ситуаций.

Взрывы и пожары

Из истории катастроф.

Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Наиболее распространенные причины пожаров и взрывов на промышленных предприятиях, транспорте, в складских помещениях. Понятие о пожаро- и взрывоопасных объектах. Виды аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.

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

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

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

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

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

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

Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ

Из истории химических аварий.

Виды аварий на химически опасных объектах. Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Классификация промышленных объектов, городов, городских и сельских районов, областей, краев и республик по степени химической опасности.

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

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

Защита населения от аварийно химически опасных веществ. Основные способы защиты населения от аварийно химически опасных веществ. Принципы работы системы оповещения. Использование средств индивидуальной защиты органов дыхания. Защитные свойства гражданских противогазов. Изготовление ватно-марлевой повязки. Укрытие людей в защитных сооружениях и последовательность герметизации помещений. Организация эвакуации населения.

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

Аварии с выбросом радиоактивных веществ

Из истории радиационных аварий.

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

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

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

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

Гидродинамические аварии

Из истории гидродинамических аварий.

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

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

Чрезвычайные ситуации на транспорте

Из истории транспортных аварий.

Автомобильные аварии и катастрофы. Автомобильные аварии и катастрофы и их основные причины. Автомобиль как источник опасности на дороге. Безопасное поведение на дорогах.

Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов. Правила движения по проезжей части на велосипедах и мопедах. Сигналы поворота и торможения. Запрещенные для водителей велосипедов и мопедов действия на дороге.

Чрезвычайные ситуации экологического характера

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

Изменение состава атмосферы (воздушной среды). Функции воздушной среды. Зависимость климата от прозрачности атмосферы. Влияние хозяйственной деятельности человека на воздушную среду. Опасные явления, связанные с изменением состава атмосферы: парниковый эффект, разрушение озонового экрана, кислотные осадки. Основные источники загрязнения воздушной среды вредными веществами. Меры по улучшению ситуации.

Изменение состояния гидросферы (водной среды). Значение воды для жизни на Земле. Физико-химические свойства питьевой воды. Причины ухудшения качества пресных природных вод. Понятие о сточных водах. Классификация и характеристика сточных вод. Отрицательная динамика состояния питьевой воды.

Изменение состояния суши (почвы). Функции и значение почвы. Основные причины сокращения сельскохозяйственных угодий. Причины опасного влияния почвы на здоровье человека. Опасность, исходящая из почвенных покровов в связи с широким применением пестицидов. Деградация почвы и ее причины. Классификация отходов и их влияние на загрязнение почвы.

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

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

Первая помощь при массовых поражениях. Основные факторы поражения людей при чрезвычайных ситуациях. Главная задача и основная цель первой помощи. Мероприятия первой помощи при массовых поражениях.

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

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

Основы здорового образа жизни

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

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

9 класс

Основы безопасности личности, общества и государства

Современный комплекс проблем безопасности

Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства. Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов.

Угрозы национальной безопасности Российской Федерации. Понятие о национальной безопасности и основные направления ее обеспечения. Угрозы в сфере военной, государственной и общественной безопасности. Меры по защите от этих угроз.

Международный терроризм как угроза национальной безопасности. Понятие о терроризме. Цели террористических организаций. Типы терроризма и их характеристика. Основные направления международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности. Правовая основа антитеррористической деятельности в России.

Наркотизм и национальная безопасность. Понятие о наркотизме, наркомании, токсикомании. Социальная опасность наркотизма. Правовая основа государственной политики в сфере оборота наркотических и психотропных веществ.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности. Понятие о гражданской обороне. Основные задачи в области гражданской обороны и защиты населения. Силы гражданской обороны. Структуры, руководящие гражданской обороной.

Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)

Цели, задачи и структура РСЧС. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и причины ее создания. Цели, задачи и структура РСЧС. Координационные органы РСЧС и их характеристика.

Режимы функционирования, силы и средства РСЧС. Режимы функционирования и основные мероприятия при их введении: в отсутствие чрезвычайной ситуации; при угрозе ее возникновения; при возникновении и ликвидации. Силы и средства РСЧС, их задачи и характеристика.

Международное гуманитарное право

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

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

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

Безопасное поведение в криминогенных ситуациях

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

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

Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций. Самооценка поведения. Признаки потенциальной жертвы. Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях. Тренировка уверенности. Правила безопасного поведения при неизбежности конфликта. Поведение при столкновении с хулиганами, похищении, попытке изнасилования.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

Профилактика травм в старшем школьном возрасте

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

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

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

Основы медицинских знаний

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

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

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

Основные неинфекционные заболевания. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний. Причины неинфекционных заболеваний и доступные меры их профилактики.

Основы здорового образа жизни

Здоровье и здоровый образ жизни

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

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

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

Личная гигиена

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

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

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

Физиологические и психологические особенности организма подростка

Физиологическое и психологическое развитие подростков. Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Мероприятия, помогающие справиться с чувствами и эмоциями.

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

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

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

Факторы, разрушающие здоровье человека

Употребление табака. Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Стадии никотиновой зависимости. Как бросить курить.

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

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

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

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля Измерители	Эл-ты дополнительного содержания	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства. (27 час)								
Личная безопасность в повседневной жизни (11 ч)								
1	Особенности города как среды обитания человека.	1	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	Понятия о стихийном бедствии и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Причины вынужденного автономного существования.	Знать: определения «безопасность»; «опасная ситуация»; «экстремальная ситуация»; «чрезвычайная ситуация». Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в повседневной жизни.	Индивидуальный опрос	Цели и задачи курса ОБЖ в текущем году Презентация Видео	Глава 1, § 1.1
2	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Государственные, муниципальные (городские) и районные специальные службы обеспечения безопасности. Правила вызова служб безопасности. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!».	Знать: об организации защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Владеть навыками: поведения в чрезвычайных ситуациях по сигналу «Внимание всем!».	Пр-ская работа. Отработка навыков действий по сигналу «Внимание всем!». (15 мин)	Презентация	Глава 1, § 1.2
3	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	1	Комбинированный	Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации в доме (квартире) и их причины.	Знать: опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в быту.	Решение ситуационных задач. Тест № 1,2	Презентация Видео	Глава 2, § 2.1

4	Опасные факторы и причины пожаров.	1	Комбинированный	Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, их последствия. Меры пожарной безопасности в быту.	Знать: опасные факторы и причины пожаров. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в повседневной жизни.	Индивидуальный опрос. Тест № 3	Презентация Видео	Глава 2, § 2.2
5	Правила поведения при пожаре. Эвакуация.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире). Правила безопасной эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Основные причины возгорания телевизора (электроприбора). Правила безопасного поведения при возгорании телевизора (электроприбора).	Знать: Правила безопасного поведения при пожаре. Владеть навыками: поведения при пожаре в здании.	Пр-ская работа. Отработка навыков действий при пожаре. (15 мин). Тест № 4	Презентация Видео	Глава 2, § 2.2
6	Средства тушения пожаров.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Огнестойкость зданий и сооружений. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.	Знать: средства пожаротушения и правила пользования ими. Уметь: использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания.	Пр-ская работа. Отработка навыков пользования огнетушителем. (15 мин). Тест № 5	Презентация Видео	Глава 2, § 2.2
7	Затопление квартиры.	1	Комбинированный	Водоснабжение дома (квартиры). Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.	Знать: возможные причины и правила поведения при затоплении жилища. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения безопасности жилища.	Индивидуальный опрос. Тест № 6-7	Презентация Видео	Глава 2, § 2.3
8	Электричество.	1	Комбинированный	Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами.	Знать: правила безопасного использования электрических приборов. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной	Индивидуальный опрос. Тест № 8	Презентация Видео	Глава 2, § 2.4

					безопасности.			
9	Опасные вещества и продукты питания.	1	Комбинированный	Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений.	Знать: Правила пользования средствами бытовой химии и бытовым газом. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 9	Презентация Видео	Глава 2, § 2.5
10	Взрыв и обрушение дома.	1	Комбинированный	Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при возникновении взрыва в доме (квартире) и обрушении дома.	Знать: причины взрывов и обрушений домов. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 10	Презентация	Глава 2, § 2.6
11	Безопасность нестандартных ситуациях	1	Комбинированный	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Правила предотвращения таких ситуаций. Меры безопасности при потере ключей от дома (квартиры). Опасность толпы. Как уцелеть в толпе. Правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей (на дискотеке, стадионе и т. п.). Безопасное поведение с животными. Правила предосторожности при встрече с собаками. Правила поведения при нападении собаки.	Знать: правила безопасного поведения в нестандартных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос.	Презентация Видео	Глава 3
Безопасность на дорогах и на транспорте (7 ч)								
12	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных	1	Комбинированный	Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Дорога и ее составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки, их характеристика.	Знать: основные положения Правил дорожного движения. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 13-14	Презентация Видео	Глава 4 § 4.1

	происшествий.			Сигналы светофора и регулировщика.				
13	Безопасное поведение пешеходов.	1	Комбинированный	Понятие о пешеходах и пассажирах. Правила безопасного движения пешеходов по дорогам. Правила перехода проезжей части пешеходами.	Знать: обязанности пешехода. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Решение ситуационных задач.	Презентация Видео	Глава 4 § 4.1
14	Безопасное поведение пассажиров.	1	Комбинированный	Правила поведения пассажира автобуса (троллейбуса, трамвая). Правила поведения пассажира легкового автомобиля. Правила поведения пассажира мотоцикла.	Знать: правила поведения пассажиров. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 15-16	Презентация Видео	Глава 4 § 4.2
15	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	1	Комбинированный	Краткая характеристика современных видов транспорта (автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус, метро). Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении, при падении автомобиля в воду. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристики. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях.	Знать: правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос.	Презентация Видео	Глава 4 § 4.2
16	Железнодорожный транспорт.	1	Комбинированный	Источники опасности и опасные зоны на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде.	Знать: правила безопасного поведения пассажиров железнодорожного транспорта. Использовать: приобретенные знания для соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в транспорте.	Решение ситуационных задач. Тест № 17	Презентация Видео	Глава 4 § 4.3
17	Авиационный транспорт	1	Комбинированный	Характеристика авиационного транспорта. Правила поведения авиапассажиров в салоне самолета.	Знать: правила безопасного поведения пассажиров авиационного транспорта.	Индивидуальный опрос. Тест № 18	Презентация Видео	Глава 4 § 4.4

				Правила безопасного поведения авиапассажиров: при аварийной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.	Использовать: приобретенные знания для соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в транспорте.				
18	Морской и речной транспорт	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на морском и речном транспорте. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если человек упал за борт судна.	Знать: правила безопасного поведения на воде и безопасного поведения пассажиров водного транспорта. Уметь: оказывать помощь терпящим бедствие на воде. Использовать: приобретенные знания для соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в транспорте.	Пр-ская работа. Отработка навыков помощи терпящим бедствие на воде. (15 мин). Тест № 19	Презентация Видео	Глава 4, § 4.5	
Опасные ситуации социального характера (4 ч)									
19	Психологические основы самозащиты	1	Комбинированный	Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера.	Знать: правила преодоления страха в опасных ситуациях криминогенного характера. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 20-21	Презентация Видео	Глава 5 § 5.1	
20	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	1	Комбинированный	Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке.	Знать: правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях. Владеть навыками: поведения в криминогенных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос. Тест № 22	Презентация Видео	Глава 5 § 5.2, 5.3	

21	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1	Комбинированный	Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Как предотвратить опасные домогательства.	Знать: правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос. Тест № 23, 24	Презентация Видео	Глава 5 § 5.4, 5.5
22	Правила поведения при захвате в заложники.	1	Комбинированный	Понятие о заложнике. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники. Рекомендации по безопасному поведению при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в заложники в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.	Знать правила безопасного поведения при захвате в заложники. Использовать приобретенные знания в повседневной жизни для безопасного поведения при угрозе террористического акта; для обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос. Тест № 25, 25а	Презентация Видео	Глава 5 § 5.6

Загрязнение среды обитания (3 ч)

23	Загрязнение воды.	1	Комбинированный	Загрязнение воды. Роль воды в жизнедеятельности человека. Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях.	Знать: требования к питьевой воде. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Решение ситуационных задач.	Презентация Видео	Глава 6 § 6.1
24	Загрязнение воздуха.	1	Комбинированный	Загрязнение воздуха. Общие сведения об атмосфере. Состав воздуха, которым мы дышим. Причины загрязнения воздуха. Рекомендации по предотвращению загрязнения воздуха в местах проживания.	Знать: причины загрязнения воздуха. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Решение ситуационных задач.	Презентация	Глава 6 § 6.2
25	Загрязнение почвы	1	Комбинированный	Загрязнение почвы. Роль почвы в	Знать: причины загрязнения	Решение	Презентация	Глава 6

			ированный	жизнедеятельности человека. Причины загрязнения почвы и их последствия. Вредные вещества, накапливающиеся в почве в результате промышленных выбросов. Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве	почвы. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	ситуационных задач.	ия	§ 6.3
--	--	--	-----------	---	---	---------------------	----	-------

Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 ч)

26	Фильтрующие противогазы.	1	Комбинированный	Фильтрующие противогазы. Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих противогазов. Гражданские противогазы ГП-7 и ГП-7В, устройство и правила пользования.	Знать: назначение и устройство гражданских и детских противогазов. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос	Презентация Видео	Глава 7 § 7.1
27	Пользование противогазом.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Детский противогаз ПДФ-2Ш, устройство и правила пользования. Правила подбора противогаза, определение размера (роста) шлем-маски, подготовка противогаза к работе. Пользование противогазом. Переноска противогаза. Положения противогаза: походное, наготове, боевое. Перевод противогаза в боевое положение. Практическая отработка упражнения по надеванию противогаза.	Владеть навыками: поведения в криминогенных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи. Получают практические навыки пользования противогазом	Пр-ская работа. Отработка навыков пользования противогазом. (15 мин). Тест № 19	Презентация Видео	Глава 7 § 7.2, 7.3

Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (8 ч)

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч)

28	Виды ранений, их причины и первая помощь	1	Комбинированный	Понятие о ране. Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах.	Знать: основные виды ранений, их причины и правила оказания первой помощи. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 27-28	Презентация Видео	Глава 1 § 1.1, 1.2
29	Общая характеристика	1	Комбинированный	Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение и его	Знать: виды кровотечений и их особенности.	Индивидуальный	Презентация	Глава 1 § 1.3

	кровотечений		ый	характеристика. Артериальное кровотечение и его характеристика. Смешанные кровотечения и их характеристика. Капиллярное кровотечение и его особенности.	<i>Использовать</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	опрос. Тест № 32, 33	Видео	
30	Первая помощь при кровотечении	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Способы временной остановки кровотечения. Остановка кровотечения путем пальцевого прижатия артерий. Особенности и правила остановки кровотечения путем наложения жгута. Остановка кровотечения путем наложения давящей повязки. Остановка кровотечения путем максимального сгибания конечности. Остановка кровотечения путем придания поврежденной конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.	<i>Знать:</i> способы остановки кровотечений. <i>Уметь:</i> останавливать кровотечение, применяя различные способы в зависимости от вида кровотечения и места травмы.	Практическая работа. Способы остановки кровотечения и наложения жгута. (15 мин)	Презентация Видео	Глава 1 § 1.4
Основы здорового образа жизни (4 ч)								
31	Движение и здоровье	1	Комбинированный	Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Понятие об опорно-двигательном аппарате и его развитии. Опорно-двигательный аппарат как генератор двигательной активности. Избыток и недостаток движения (гиподинамия) — причина некоторых заболеваний человека.	<i>Знать:</i> о роли двигательной активности для укрепления здоровья. <i>Использовать</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 34-35	Презентация	Раздел 3 Глава 1
32	Нарушения осанки и причины их возникновения	1	Комбинированный	Понятие об осанке. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.	<i>Знать:</i> причины и последствия нарушения осанки. <i>Использовать</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос	Презентация	Раздел 3 Глава 2
33	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	1	Комбинированный	Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач.	<i>Знать:</i> о воздействии излучений телевизора и компьютера на организм человека.	Индивидуальный опрос	Презентация	Раздел 3 Глава 3

				Правила безопасности при работе на персональном компьютере.	<i>Уметь:</i> соблюдать правила безопасности при просмотре телепередач и при пользовании компьютером			
34	Развитие и изменение организма в вашем возрасте Физическое и нравственное взросление человека	1	Комбинированный	Понятие о детском и подростковом возрасте. Развитие организма в детском возрасте. Характеристика факторов, влияющих на развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Активность сальных и потовых желез в подростковом возрасте. Гигиенические мероприятия по уходу за сальными и потовыми железами. Появление новой жизни. Ответственность за сохранение своего здоровья в подростковом возрасте. Физическое взросление мальчиков и девочек, особенности их взаимоотношений.	<i>Знать:</i> гигиенические мероприятия по уходу за сальными и потовыми железами. <i>Использовать</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос	Презентация	Раздел 3 Глава 4, 5
					Формируют у себя потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа укрепления и сохранения здоровья	Индивидуальный опрос	Презентация	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля Измерители	Эл-ты дополнительного содержания	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства. (23 час)								
Экстремальные ситуации в природных условиях. (18 ч)								
1	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.	1	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	Понятия о стихийном бедствии и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Причины вынужденного автономного существования.	Знать: правила безопасного поведения человека в природной среде; о действиях людей, которые могут привести к экстремальной ситуации в природе. Уметь: предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность	Индивидуальный опрос.	Цели и задачи курса ОБЖ в текущем году Презентация Видео	Глава 1, § 1.1
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.	1	Комбинированный	Понятие о факторах выживания в природных условиях и их характеристика. Стрессоры выживания в природных условиях и их влияние на организм человека. Элементы выживания в условиях вынужденного автономного существования. Способы преодоления стрессоров выживания. Преодоление страха и стрессового состояния.	Знать: факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных опасных ситуациях	Индивидуальный опрос.	Презентация	Глава 1, § 1.2, 1.3
3	Психологические основы выживания в природных условиях.	1	Комбинированный	Психическое состояние человека при выживании в природных условиях. Понятие о психических	Знать: о психических познавательных процессах. Использовать: полученные	Индивидуальный опрос.	Презентация	Глава 2, § 2.1 - 2.4

				познавательных процессах (внимание, ощущения и восприятие, память и мышление, воображение), их характеристика. Управление психическими познавательными процессами в экстремальных ситуациях. Психологическая установка на выживание в условиях природной среды и ее элементы.	знания для выживания в окружающем нас мире вообще и в экстремальных ситуациях в частности.	Тест № 1, 2		
4	Страх – главный психологический враг.	1	Комбинированный	Понятие о страхе и паническом поведении, их характеристика. Основные причины страха. Развитие черт характера, позволяющих преодолевать страх и выживать в сложных условиях. Роль волевых качеств человека в преодолении страха. Рекомендации по формированию волевых качеств.	Знать: о психических познавательных процессах. Уметь: выживать в окружающем нас мире вообще и в экстремальных ситуациях в частности.	Индивидуальный опрос	Презентация	Глава 2, § 2.5 - 2.7
5	Подготовка к походу и поведение в природных условиях.	1	Комбинированный	Подготовка к походу – важный этап обеспечения безопасности. Формирование туристской группы. Выбор руководителя туристской группы и его обязанности. Определение целей и задач похода. Сбор сведений и изучение местности. Разработка маршрута. Приобретение продуктов питания. Подбор личного и группового туристского снаряжения, общие требования к нему. Правила безопасного поведения в природных условиях.	Знать: правила подготовки к выходу на природу. Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Индивидуальный опрос. Тест № 3, 4	Презентация	Глава 3, § 3.1, 3.2.
6	Надежные одежда и обувь – важное условие безопасности.	1	Комбинированный	Требования к одежде и обуви. Выбор и подготовка одежды и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью в условиях природной среды. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви, особенности пользования одеждой и обувью в	Владеть навыками: подбора одежды и обуви для похода и правильного ухода за ними в походных условиях.	Индивидуальный опрос. Тест № 5	Презентация	Глава 3, § 3.3

				зимнее время.				
7	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.	1	Комбинированный	Правила поведения в экстремальной ситуации в условиях природной среды. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортных средств и попавших в экстремальные условия на природе. Варианты выбора решения. Правила оборудования аварийного лагеря и действия членов группы при ожидании помощи на месте происшествия.	Знать: о возможных опасностях в пути и мерах по их предупреждению. Уметь: предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность.	Решение ситуационных задач. Тест № 5-7	Презентация Видео	Глава 4, §4.1
8	Действия при потере ориентировки.	1	Комбинированный	Потеря ориентировки как наиболее распространенная экстремальная ситуация в природе. Правила определения направления выхода. Определение примерного расстояния до источников звука и света. Определение направления выхода в ситуации, когда человек заблудился и не может найти свои следы. Правила поведения в случае отставания от группы. Особенности определения направления выхода в зимнее время.	Знать: как определить направление выхода из леса; правила поведения при движении по лесу. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос. Тест № 9	Презентация	Глава 4, §4.2
9	Способы ориентирования и определение направления движения.	1	Урок комплексного применения ЗУН.	Понятие об ориентировании. Определение направления на север: по собственной тени, по тени на шесте. Способы определения сторон света на местности. Правила ориентирования по компасу, по местным предметам. Азимут. Движение по азимуту.	Знать: способы ориентирования на местности. Владеть навыками: ориентирования на местности по компасу.	Практическая работа. Ориентирование по компасу. (15 мин). Тест № 10	Презентация Видео	Глава 4, § 4.3
10	Ориентирование по Солнцу. Луне, звездам.	1	Комбинированный	Ориентирование на местности по Солнцу и часам, по Луне и звездам. Ориентирование по местным признакам: деревьям и растениям, муравейникам и снегу.	Знать: правила ориентирования на местности по небесным телам и местным признакам. Владеть навыками: ориентирования на местности по	Решение азимутальных задач.	Презентация	Глава 4, § 4.3

					небесным телам и местным признакам.			
11	Техника движения в природных условиях.	1	Комбинированный	Техника передвижения в лесной местности. Техника передвижения в горной местности. Правила и техника переправы через водоемы и преодоления болот. Особенности передвижения в лесу зимой без лыж. Правила безопасного передвижения по руслам замерзших рек.	Знать: как определить направление выхода из леса; правила поведения при движении по лесу. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	Презентация	Глава 4, § 4.4
12	Сооружение временного жилища.	1	Комбинированный	Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временных жилищ в летнее время. Виды и способы сооружения временных жилищ зимой.	Знать: правила сооружения временных укрытий из подручных средств. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в природных условиях	Индивидуальный опрос. Тест № 11	Презентация Видео	Глава 4, § 4.5
13	Добывание и использование огня.	1	Комбинированный	Выбор места и правила разведения костра. Особенности разведения костра в ненастную погоду и в зимнее время. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров, их назначение. Способы добывания огня в условиях вынужденного автономного существования. Способы сохранения огня.	Знать: способы добывания огня и разведения костра, правила пожарной безопасности при разведении костра. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в природных условиях	Индивидуальный опрос	Презентация	Глава 4, § 4.6
14	Обеспечение питанием и водой.	1	Комбинированный	Правила обеспечения водой и питанием. Способы сохранения работоспособности при отсутствии пищи и воды в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение питанием из резервов природы при отсутствии продуктов питания. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении растительной пищи. Обеспечение	Знать: способы добывания пищи в природных условиях, а также способы добывания, очистки и обеззараживания воды. Уметь: определять съедобные растения, грибы и ягоды. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в природных условиях.	Индивидуальный опрос. Тест № 12-13	Презентация Видео	Глава 4, § 4.7

				водой из водоемов, а также добытой из снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.				
15	Поиск и приготовление пищи.	1	Комбинированный	Правила использования съедобных растений в пищу. Способы кипячения воды и приготовления растительной пищи при отсутствии посуды. Способы и средства для приготовления пищи в полевых условиях. Охота и рыбалка. Изготовление средств для рыбалки из подручных материалов. Основные правила рыбалки. Особенности приготовления на костре рыбы и мелких животных.	Знать: способы приготовления пищи в природных условиях. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в природных условиях.	Индивидуальный опрос.	Презентация	Глава 4, § 4.8
16	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.	1	Комбинированный	Опасные факторы природной среды, воздействующие на участника лыжного похода. Основные правила передвижения в лыжном походе. Средства передвижения, используемые в водных походах. Основные правила безопасности при организации и проведении водных походов. Подготовка к велосипедному походу. Выбор велосипеда для похода. Основные правила передвижения в велосипедном походе.	Знать: правила организации, проведения и безопасности лыжных, водных и велосипедных походов. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в природных условиях	Решение ситуационных задач. Тест № 14-15	Презентация	Конспект
17	Безопасность на водоемах.	1	Комбинированный	Правила безопасного поведения и купания на водоемах в летнее время. Правила безопасного поведения на водоемах зимой. Правила безопасного поведения при передвижении по льду водоемов. Действия человека, провалившегося под лед.	Знать: правила безопасного поведения на воде. Уметь: оказывать помощь, терпящим бедствие на воде.	Индивидуальный опрос.	Презентация Видео	Конспект
18	Сигналы бедствия.	1	Комбинированный	Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного	Знать: способы подачи сигналов бедствия.	Индивидуальный	Презентация	Глава 4, § 4.9

			ый	существования. Способы подачи сигналов бедствия. Сигнальные костры. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Использование подручных средств для подачи сигналов бедствия. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.	Владеть навыками: подачи сигналов бедствия	опрос.		
--	--	--	----	--	---	--------	--	--

Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме (2 ч)

19	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.	1	Комбинированный	Понятие о дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме. Понятие о безопасности в туризме. Факторы, влияющие на безопасность внутреннего и выездного туризма. Правила поведения туриста в зарубежных поездках. Уважение к религии, обычаям и традициям местного населения.	Знать: о факторах, влияющих на безопасность туриста. Использовать: полученные знания в зарубежных и внутренних поездках.	Индивидуальный опрос. Тест № 16	Презентация	Глава 5, § 5.1
----	---	---	-----------------	--	---	------------------------------------	-------------	----------------

20	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.	1	Комбинированный	Смена климатогеографических условий. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Основные принципы адаптации при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Смена климата. Рекомендации по адаптированию при смене часовых поясов и климата. Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности, условиям Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.	Знать: общие правила успешной акклиматизации. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных климатических условиях.	Индивидуальный опрос. Тест № 18	Презентация Видео	Глава 5, § 5.2, 5.3
----	---	---	-----------------	---	--	------------------------------------	----------------------	---------------------

Безопасность в чрезвычайных ситуациях (3 ч)

21	Коллективные и индивидуальные	1	Урок комплексный	Понятие об убежище. Отдельно стоящие и встроенные убежища.	Знать: назначение убежищ и правила использования СИЗ	Практическая	Презентация	Глава 6, § 6.1, 6.2
----	-------------------------------	---	------------------	--	---	--------------	-------------	---------------------

	средства защиты.		кского применения ЗУН.	Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Правила пользования поврежденным противогазом в непригодной для дыхания среде.	органов дыхания в непригодной для дыхания среде. Владеть навыками: выполнения мероприятий по правилам заполнения и поведения в убежищах.	работа. Правила использования СИЗ. (15 мин). Тест № 17, 18		
22	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.	1	Комбинированный	Общие сведения об имевших место террористических акциях на транспортных средствах. Правила безопасного поведения пассажиров в момент захвата преступниками транспортного средства. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося заложником в захваченном транспортном средстве. Правила безопасного поведения заложников во время операции по освобождению.	Знать: правила безопасного поведения при захвате в заложники. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	Презентация	Конспект
23	Взрывы в местах массового скопления людей.	1	Урок комплексного применения ЗУН.	Понятия о местах массового скопления людей, Признаки, указывающие на возможную установку взрывных устройств. Правила поведения при обнаружении признаков взрывного устройства. Правила безопасного поведения: при непосредственной угрозе взрыва, после взрыва.	Знать: признаки установки взрывного устройства. Владеть навыками: выполнения мероприятий при обнаружении взрывного устройства.	Практическая работа. Правила поведения при обнаруж. ВВ. (15 мин). Тест № 19-21	Презентация	Конспект

Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (12 ч)

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (8 ч)

24	Средства оказания первой помощи	1	Комбинированный	Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и другими средствами оказания помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи в условиях вынужденного автономного существования.	Знать: о перевязочных и лекарственных средствах индивидуальной медицинской аптечки; о природных лекарственных средствах. Использовать: полученные знания для оказания помощи пострадавшим в различных опасных ситуациях	Индивидуальный опрос.	Презентация	Раздел 2. Глава 1, § 1.1
25	Опасные животные, первая помощь при	1	Комбинированный	Признаки укуса насекомых. Оказание первой помощи при укусах насекомых.	Знать: правила оказания первой помощи при укусах насекомых и	Индивидуальный	Презентация	Раздел 2.

	укусах насекомых и змей.		ый	Клещевой энцефалит. Признаки укуса клещом. Оказание первой помощи при укусе клещами. Как уберечься от энцефалита. Признаки укуса змеи. Оказание первой помощи пострадавшему, укушенному змеей.	животных. Владеть навыками: оказания первой помощи при укусах.	опрос. Тест № 27	Видео	Глава 1, § 1.2, 1.3.
26	Первая помощь при ожогах.	1	Комбинированный	Понятие о термических ожогах, их причины. Степени термических ожогов и их признаки. Оказание первой помощи при ожогах. Солнечный ожог. Воздействие солнечных лучей на организм человека. Рекомендации по предотвращению солнечных ожогов. Признаки солнечного ожога. Оказание первой помощи при солнечном ожоге.	Знать: правила оказания первой помощи при ожогах кожи. Владеть навыками: оказания первой помощи при ожогах.	Индивидуальный опрос. Тест № 28	Презентация. Видео	Раздел 2. Глава 1, § 1.4
27	Тепловой и солнечный удар.	1	Урок комплексного применения ЗУН.	Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Профилактика теплового и солнечного удара.	Знать: правила оказания первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Владеть навыками: оказания первой помощи при тепловом и солнечном ударе.	Практическая работа. Оказание ПП при солн. ударе. (15 мин)	Презентация.	Раздел 2. Глава 1, § 1.5
28	Обморожение и общее охлаждение организма	1	Комбинированный	Общие сведения об обморожении и общем охлаждении организма. Причины обморожения и общего охлаждения организма. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.	Знать: причины и признаки обморожения и общего охлаждения организма. Владеть навыками: оказания первой помощи при обморожениях и охлаждениях.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Раздел 2. Глава 1, § 1.6
29	Беда на воде.	1	Урок комплексного применения ЗУН.	Основные причины бедствий на водоемах. Первоочередные действия человека, заметившего утопающего. Признаки утопления. Последовательность оказания первой помощи в таких случаях.	Знать: правила поведения на воде и оказания помощи утопающему. Владеть: навыками оказания помощи утопающему; основными приемами реанимации. Использовать: полученные знания в повседневной жизни	Практическая работа. Оказание ПП утопающему. (15 мин). Тест № 31, 31а	Презентация. Видео	Раздел 2. Глава 1, § 1.7

					для обеспечения личной безопасности на воде.			
30	Закрытые травмы.	1	Комбинированный	Виды закрытых травм. Признаки закрытых травм и повреждений (ушибов, растяжений, разрывов связок и мышц, вывихов). Оказание первой помощи при закрытых травмах. Понятие о переломах. Понятие о сдавлении. Оказание первой помощи при сдавлении.	Знать: способы оказания первой помощи при травмах и переломах. Владеть навыками: оказания первой помощи при ушибах, переломах	Индивидуальный опрос. Тест № 32	Презентация.	Раздел 2. Глава 2, § 2.1, 2.2.
31	Способы переноски пострадавших.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Приемы и правила переноски пострадавших при отсутствии штатных (медицинских) средств транспортировки. Приемы и правила транспортировки пострадавших: на шесте, на носилках из шестов, на носилках-волокушах из длинных жердей, в рюкзаке.	Знать: способы переноса пострадавшего без носилок. Использовать: полученные знания для оказания помощи пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Практическая работа. Транспортировка пострадавшего. (15 мин)	Презентация.	Раздел 2. Глава 2, § 2.3.
Основы здорового образа жизни (3 ч)								
32	Правильное питание – основа здорового образа жизни.	1	Комбинированный	Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Регулирование потребления и расхода энергии. Рациональное, сбалансированное и калорийное питание. Суточный рацион питания.	Знать: о правильном питании, как о важном составляющем здорового образа жизни. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Раздел 3. Глава 1, § 1.1, 1.2

33	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека Гигиена и культура питания.	1	Комбинированный	<p>Функции белка и их источники для организма человека. Функции жиров. Жиры растительного и животного происхождения. Источники жиров для организма человека. Функции углеводов и его источники для организма человека. Основные источники витаминов. Роль минеральных веществ в организме человека. Основные источники минеральных веществ. Роль воды в организме человека.</p> <p>Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Распределение калорийности по приемам питания и продолжительность приемов пищи. Понятие о культуре и этикете питания. Правила питания и соблюдения культуры питания.</p>	<p>Знать: о значении белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ и воды в питании человека, о гигиенических требованиях к питанию.</p> <p>Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности.</p>	Индивидуальный опрос. Тест № 22, 23	Презентация Видео	Раздел 3. Глава 2, § 2.1 – 3,2
34	Особенности подросткового возраста.	1	Комбинированный	<p>Особенности развития организма в подростковом возрасте. Изменение поведения в подростковом возрасте. Отношения с родителями.</p>	<p>Знать: об изменениях, происходящих в организме и в поведении подростков.</p> <p>Использовать: полученные знания при общении с окружающими людьми.</p>	Индивидуальный опрос. Решение ситуационных задач	Презентация	Раздел 3. Глава 4, § 4.1 - 4.3

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля Измерители	Эл-ты дополнительного содержания	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Раздел 1. Основы безопасного личности, общества и государства (31 ч)								
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.	1	Комбинированный	Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Общие сведения об опасных природных явлениях и чрезвычайных ситуациях природного характера на территории РФ.	Знать: классификацию ЧС природного явления, организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Владеть навыками: поведения в чрезвычайных ситуациях по сигналу «Внимание всем!».	Индивидуальный опрос.	Цели и задачи курса ОБЖ в текущем году. Презентация. Видео	Глава 1.
Землетрясения (3 ч)								
2	Происхождение и классификация землетрясений.	1	Комбинированный	Понятие о землетрясениях, их происхождение и характеристика. Понятие о сейсмических поясах и сейсмически активных районах. Сейсмически активные районы в России. Причины возникновения землетрясений. Типы волновых колебаний. Классификация землетрясений по происхождению.	Знать: причины возникновения, классификацию землетрясений, основные характеристики и поражающие факторы землетрясений. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 1	Презентация. Видео	Глава 2, §2.1
3	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь.	1	Комбинированный	Оценка землетрясений. Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясения. Примерное соотношение между магнитудой землетрясения по шкале Рихтера и интенсивностью землетрясения по	Знать: о последствиях землетрясений, мерах по уменьшению и способах их оценки. Уметь: предвидеть потенциальные опасности и	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 2, §2.2, 2.3, 2.4

				шкале Меркали. Последствия землетрясений. Меры по снижению ущерба от землетрясений.	правильно действовать в случае их наступления.			
4	Правила безопасного поведения при землетрясениях.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Основные причины несчастных случаев при землетрясении. Признаки приближающегося землетрясения. Наиболее безопасные места для укрытия в здании при землетрясении. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясений. Правила безопасного поведения после человека, оказавшегося после землетрясения в завале.	Знать: правила безопасного поведения при землетрясении. Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Практическая работа. Отработка действий по сигналу «Внимание всем!» (15 мин). Тест № 2-3	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.5
Вулканы (1 ч)								
5	Общее понятие о вулканах. Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов.	1	Комбинированный	Понятие о вулканах и их характеристика. Территории в России, подверженные вулканическим извержениям. Причины извержения вулканов. Последствия извержения вулканов. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения.	Знать: причины возникновения и поражающие факторы извержения вулканов. Правила безопасного поведения при извержении вулканов. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Индивидуальный опрос. Тест № 5, 6	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.1-3.3
Оползни, сели, обвалы и снежные лавины (6 ч)								
6	Оползни.	1	Комбинированный	Понятие об оползнях и их происхождении. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Оползнеопасные районы в России. Классификация оползней.	Знать: причины возникновения оползня. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 7, 8	Презентация. Видео	Глава 4, § 4.1
7	Сели (селевые потоки)	1	Комбинированный	Понятие о селях и их происхождение. Причины образования селей.	Знать: причины возникновения селей.	Индивидуальный	Презентация.	Глава 4, § 4.2

			ый	Селеопасные зоны в России. Классификация селей.	Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	опрос. Тест № 9	Видео		
8	Обвалы.	1	Комбинированный	Понятие об обвалах, их происхождение. Причины образования обвалов. Разновидности обвалов (камнепады, обвалы грунта, обрушение ледников) и их характеристика.	Знать: причины возникновения обвалов. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Решение ситуационных задач.	Презентация. Видео	Глава 4, § 4.3	
9	Снежные лавины.	1	Комбинированный	Понятие о лавинах и их происхождение. Причина образования лавин. Лавиноопасные районы в России.	Знать: причины возникновения лавин. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 10, 11	Презентация. Видео	Глава 4, § 4.4	
10	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин.	1	Комбинированный	Основные поражающие факторы и последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Меры по снижению потерь от оползней, селей, обвалов и лавин. Рекомендации населению, проживающему в оползне-, селе-, обвало- и лавиноопасных зонах.	Знать: последствия оползней, селей, обвалов, лавин и их основные поражающие факторы. Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Индивидуальный опрос. Тест № 13	Презентация. Видео	Глава 4, § 4.5	
11	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, снежной лавины. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, снежной лавины, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.	Знать: правила безопасного поведения при угрозе схода селя, оползня, обвала. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Практическая работа. Отработка навыков действий по сигналу «Внимание всем!» (15 мин)	Презентация. Видео	Глава 4, § 4.6	
Ураганы, бури, смерчи (4 ч)									
12	Происхождение ураганов, бурь и смерчей.	1	Комбинированный	Понятие об ураганах, бурях, смерчах и причины их возникновения. Понятие о циклонах и зоны их зарождения. Шкала	Иметь представление: о причинах возникновения ураганов, бурь, смерчей.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 5, § 5.1	

				Бофорта и показатели, определяющие разрушающее действие воздушных масс.	Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Тест № 14, 15			
13	Классификация ураганов, бурь и смерчей.	1	Комбинированный	Классификация ураганов в зависимости от скорости ветра. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц, а также в зависимости от скорости ветра. Классификация смерчей в зависимости от происхождения, строения, времени действия и охвата пространства.	Знать: классификацию ураганов, бурь и смерчей. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 5, § 5.1	
14	Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них.	1	Комбинированный	Последствия ураганов и их особенности. Последствия пыльных и снежных бурь и их особенности. Последствия смерчей и их особенности. Мероприятия по снижению потерь от ураганов, бурь и смерчей.	Знать: основные мероприятия по защите населения от ураганов, бурь, смерчей и их последствий. Владеть навыками: выполнения мероприятий по защите от ураганов, бурь, смерчей.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 5, § 5.2, 5.3	
15	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после урагана, бури, смерча.	Знать: способы оповещения об ураганах, бурях, смерчах. Владеть навыками: выполнения мероприятий по защите от ураганов, бурь, смерчей.	Практическая работа. Отработка навыков действий при оповещении об урагане. (15 мин) Тест № 19, 20	Презентация.	Глава 5, § 5.4	
Наводнения (3 ч)									
16	Виды наводнений.	1	Комбинированный	Понятие о наводнении и его характеристика. Происхождение наводнений и причины возникновения. Классификация наводнений в зависимости от масштаба,	Иметь представление о происхождении наводнений и причинах возникновения. Использовать: полученные знания и умения в повседневной	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 6, § 6.1	

				повторяемости и наносимого ущерба. Классификация наводнений в зависимости от причин возникновения и их характеристика.	жизни для обеспечения личной безопасности.			
17	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них.	1	Комбинированный	Понятие о затоплении. Последствия затопления для населенных пунктов, сельскохозяйственных угодий и природных комплексов. Вторичные последствия наводнений. Меры по снижению потерь от наводнений.	Знать: последствия наводнений и основные мероприятия по защите населения от них. Владеть навыками: выполнения мероприятий по защите от наводнений.	Индивидуальный опрос. Тест № 21	Презентация. Видео	Глава 6, § 6.2, 6.3
18	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Правила безопасного поведения при внезапном наводнении: до прибытия помощи, при вынужденной самоэвакуации. Правила безопасного поведения после наводнений.	Знать: мероприятия по снижению потерь от наводнений. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Практическая работа. Отработка действий при оповещении о наводнении. (15 мин)	Презентация. Видео	Глава 6, § 6.4

Цунами (3 ч)

29	Причины и классификация цунами.	1	Комбинированный	Понятие о цунами и их характеристика. Происхождение цунами и причины их возникновения. Классификация цунами в зависимости от причин возникновения и интенсивности.	Знать: причины возникновения цунами и их характеристику. Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Индивидуальный опрос. Тест № 23, 24	Презентация. Видео	Глава 7, § 7.1
20	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.	1	Комбинированный	Зависимость разрушительной силы цунами от скорости волны и направления ее движения. Основные поражающие факторы цунами. Вторичные последствия разрушительного воздействия цунами. Меры по снижению потерь от цунами.	Знать: поражающие факторы цунами и правила безопасного поведения при цунами. Иметь представление: о последствиях цунами. Владеть навыками: выполнения мероприятий по защите от цунами.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 7, § 7.2, 7.3
21	Правила	1	Комбинированный	Признаки приближающегося цунами.	Знать: признаки	Индивидуальный опрос.	Презентация	Глава

	безопасного поведения при цунами.		ированный	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении цунами. Правила безопасного поведения при внезапном приходе цунами: при эвакуации из здания; оставшись в здании. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося в волне цунами. Правила безопасного поведения после прохождения волны цунами.	приближающегося цунами. Владеть навыками: выполнения мероприятий по защите от цунами.	альный опрос. Тест № 25	ия. Видео	7, § 7.4
Природные пожары (4 ч)								
22	Причины природных пожаров и их классификация.	1	Комбинированный	Понятие о лесных и торфяных пожарах. Основные причины возгорания лесов. Классы лесных пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров в зависимости от характера распространения и их характеристика.	Знать: причины возникновения и классификацию природных пожаров. Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Индивидуальный опрос. Тест № 26	Презентация. Видео	Глава 8, § 8.1
23	Последствия природных пожаров и способы их тушения.	1	Комбинированный	Основные и вторичные поражающие факторы лесных и торфяных пожаров. Основные способы тушения лесных пожаров.	Знать: поражающие факторы природных пожаров и способы их тушения. Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 8, § 8.2
24	Предупреждение лесных и торфяных пожаров.	1	Комбинированный	Предупреждение лесных пожаров. Понятие о пожароопасном сезоне в лесах. Меры по предупреждению пожаров в пожароопасный сезон в лесах.	Знать: основные мероприятия по предупреждению природных пожаров. Иметь представление: о последствиях лесных и торфяных пожаров.	Решение ситуационных задач. Тест № 27, 28	Презентация. Видео	Глава 8, § 8.3
25	Правила безопасного поведения в зоне лесного или	1	Урок комплексного применения	Правила безопасного поведения при возникновении лесных и пожаров: в зоне лесного пожара; в лесу, где возник пожар. Правила безопасного тушения	Знать: способы оповещения о лесных и торфяных пожарах. Владеть навыками: выполнения мероприятий по	Практическая работа. Отработка		Глава 8, § 8.4

	торфяного пожара и при его тушении.		ения ЗУН учащим ися	небольшого пожара в лесу. Правила безопасного поведения при возникновении торфяного пожара.	защите от лесных и торфяных пожаров.	действий при оповещении о пожаре (15 мин)		
--	-------------------------------------	--	------------------------------	---	--------------------------------------	---	--	--

Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений (2 ч)

26	Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.	1	Комбинированный	Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии и их классификация. Происхождение и последствия инфекционных заболеваний людей, животных и сельскохозяйственных культур.	Знать: классификацию эпидемий, эпизоотий и эпифитотий. Иметь представление: о происхождении и последствиях инфекционных заболеваний людей, животных и сельскохозяйственных культур.	Индивидуальный опрос. Тест № 29, 30	Презентация.	Конспект
27	Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.	1	Комбинированный	Меры предупреждения инфекционных заболеваний людей и животных. Структура и общие правила личной гигиены. Основные мероприятия по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.	Знать: мероприятия по предупреждению инфекционных заболеваний людей, животных и растений. Уметь: соблюдать правила личной гигиены в повседневной жизни.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Конспект

Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера (3 ч)

28	Человек и стихия.	1	Комбинированный	Особенности психологических процессов и свойств мышления человека при оценке ситуации, угрожающей здоровью и жизни. Влияние и способы повышения психологической подготовленности человека на поведение в опасных и экстремальных ситуациях.	Знать: особенности психологических процессов и свойств мышления человека при оценке ситуации, угрожающей здоровью и жизни. Уметь: предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Решение ситуационных задач.	Презентация.	Глава 9, § 9.1
29	Характер и темперамент.	1	Комбинированный	Понятие о темпераменте. Типы темперамента человека и его характеристики. Влияние темперамента	Знать: типы темперамента человека. Уметь: определять свой тип	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 9, § 9.2

				на характер человека. Понятие о характере. Влияние характера на поведение в опасных и экстремальных ситуациях.	темперамента			
30	Психологические особенности поведения человека при стихийных бедствиях.	1	Комбинированный	Возникновение страха и паники при стихийном бедствии, их признаки и влияние на психику человека. Рекомендации психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.	Знать: о негативном влиянии внезапного стихийного бедствия на психику человека. Использовать: приобретенные знания в повседневной жизни.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 9, §9.3, 9.4

Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (2 ч)

Наложение повязок и помощь при переломах (2 ч)

31	Правила наложения повязок.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Понятие о повязке и перевязке. Классификация повязок. Средства перевязки (марлевые, эластичные и трубчатые бинты) и их характеристика. Общие правила наложения повязок. Техника наложения повязок на руку и на ногу.	Знать: виды перевязочных материалов и правила наложения повязок. Использовать: приобретенные знания в повседневной жизни.	Практическая работа. Наложение повязок. (30 мин.)	Презентация. Видео	Раздел 2, Глава 1, §1.1, 1.2, 1.3
32	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Характеристика открытых и закрытых переломов, их особенности. Общие правила оказания первой помощи при переломе костей и способы наложения шин. Способы переноски пострадавших. Переноска пострадавших: при помощи лямок, на руках. Порядок применения различных способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.	Знать: особенности открытых и закрытых переломов. Владеть навыками: наложения шин и переноски пострадавших.	Практическая работа. Наложение шин. (30 мин.) Тест № 32		Раздел 2, Глава 2, §2.1, 2.2

Раздел 3. Основы здорового образа жизни (2 ч)

Режим учебы и отдыха подростка (2 ч)

33	Режим – необходимое	1	Комбинированный	Понятие о режиме. Составляющие режима дня и их характеристика.	Знать: о режиме труда и отдыха как необходимом условии	Индивидуальный	Презентация.	Раздел 3.
----	---------------------	---	-----------------	--	---	----------------	--------------	-----------

	условие здорового образа жизни.		ый	Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Элементы режима труда и отдыха. Трудовая деятельность школьников.	жизни, обеспечивающем укрепление и сохранение здоровья. Использовать: полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	опрос.		Глава 1, § 1.1, 1.2
34	Профилактика переутомления и содержание режима дня.	1	Комбинированный	Основные принципы и содержание режима дня подростков. Примерный режим дня учащихся. Утомление и переутомление, их причины и признаки. Профилактика утомления и переутомления.	Знать: принципы и содержание режима дня подростка. Уметь: составлять режим дня таким образом, чтобы не допускать утомления и переутомления..	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Раздел 3. Глава 1, § 1.3

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
8 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля .Измерители	Эл-ты дополнительного содержания	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (30 ч)								
Производственные аварии и катастрофы (2 ч)								
1	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация.	1	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	Промышленные аварии и катастрофы. Понятие об аварии, производственной или транспортной катастрофе. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера в зависимости от масштаба распространения и тяжести последствий. Основные типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их характеристика.	Знать: классификацию чрезвычайных ситуаций техногенного характера по типам и видам их возникновения. Понимать: аварию, катастрофу, чрезвычайную ситуацию техногенного характера.	Индивидуальный опрос.	Цели и задачи курса ОБЖ в текущем году. Презентация. Видео	Глава 1 § 1.1
2	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них.	1	Комбинированный	Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины техногенных аварий и катастроф. Обеспечение личной безопасности и безопасности окружающих при техногенных авариях.	Знать: основные причины техногенных аварий и катастроф. Иметь представление: о видах промышленных аварий и катастроф, о потенциально опасных объектах.	Индивидуальный опрос. Тест № 1	Презентация. Видео	Глава 1 § 1.2, 1.3
Взрывы и пожары (7 ч)								
3	Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах.	1	Комбинированный	Понятие о пожаро- и взрывоопасных объектах. Классификация аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.	Знать: классификацию аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах. Использовать: полученные знания в повседневной жизни	Индивидуальный опрос. Тест № 2	Презентация. Видео	Глава 2 § 2.1

					для обеспечения личной безопасности.			
4	Общие сведения о взрыве и пожаре.	1	Комбинированный	Понятие о взрыве. Характерные особенности взрывов. Зоны действия взрыва и их характеристика. Образование воздушной ударной волны. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование. Понятие о пожаре и процессе горения. Условия процесса горения. Группы возгораемости веществ и материалов.	Знать: об основных причинах пожара и взрыва. Иметь представление: о взрыве, пожаре, процессе горения.	Индивидуальный опрос. Тест № 3	Презентация. Видео	Глава 2 § 2.2, 2.3
5	Классификация пожаров.	1	Комбинированный	Классификация и характеристика пожаров в зависимости: от внешних признаков горения, места возникновения, масштаба и интенсивности, времени прибытия первых пожарных подразделений. Условия, способствующие распространению пожаров. Линейное и объемное распространение пожаров.	Знать: классификацию пожаров, условия и виды их распространения. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Решение ситуационных задач.	Презентация. Видео	Глава 2 § 2.3
6	Причины пожаров и взрывов, их последствия.	1	Комбинированный	Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Причины возникновения пожаров на промышленных предприятиях. Причины возникновения пожаров на взрывоопасных предприятиях. Основные причины взрывов в жилых и общественных зданиях.	Знать: причины взрывов и пожаров в жилых и общественных зданиях. Уметь: анализировать причины взрывов и пожаров в жилых и общественных зданиях.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 2 § 2.4
7	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов.	1	Комбинированный	Основные опасные факторы пожара и их воздействие на людей. Вторичные опасные факторы пожаров. Основные и вторичные поражающие факторы взрыва. Действие взрыва на человека. Характеристика поражения людей при взрывах.	Знать: воздействие на людей опасных факторов и поражающих факторов взрыва. Уметь: анализировать воздействие на людей опасных факторов и поражающих факторов взрыва.	Индивидуальный опрос. Тест № 4-5	Презентация. Видео	Глава 2 § 2.5
8	Правила безопасного поведения при	1	Урок компле	Использование первичных средств пожаротушения в начальной стадии	Знать: правила безопасного поведения при пожарах и	Практическая	Презентация.	Глава 2 § 2.6

	пожарах и взрывах.		кского применения ЗУН учащимися	развития пожара. Общие правила безопасного поведения: при возникновении пожара в здании, эвакуации через задымленный коридор, если надвигается огненный вал. Правила безопасного поведения при опасной концентрации дыма и повышении температуры. Первоочередные действия по тушению горячей на человеке одежды. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося после взрыва в завале.	взрывах. Уметь: применять первичные средства пожаротушения.	работа. Отработка навыков пользования огнетушителем. (15 мин.)	Видео	
9	Пожары и паника.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Понятие о панике. Опасность паники во время пожара. Признаки паники, причины и возможные последствия. Механизм панического бегства людей при пожаре. Особенности эвакуации людей при пожаре. Правила безопасного поведения при возникновении паники во время пожара в общественном месте.	Знать: основные мероприятия по защите населения от пожаров и взрывов. Владеть навыками: выполнения мероприятий по защите от пожаров и взрывов.	Практическая работа. Отработка навыков поведения при пожаре и взрыве. (15 мин.). Тест №6-7	Презентация. Видео	Глава 2, §2.7
Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ (6 ч)								
10	Виды аварий на химически опасных объектах.	1	Комбинированный	Из истории химических аварий. Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Классификация промышленных объектов по степени химической опасности. Классификация городов, городских районов, областей, краев и республик по степени химической опасности.	Знать: виды аварий с выбросом АХОВ. Иметь представление: об аварийно химически опасных веществах и химических авариях.	Индивидуальный опрос. Тест № 6-8	Презентация. Видео	Глава 3 § 3.1
11	Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека.	1	Комбинированный	Классификация опасности веществ по степени воздействия на организм человека. Понятие об аварийно химически опасном веществе (АХОВ). Классификация АХОВ по характеру	Знать: классификацию опасности веществ по степени воздействия на организм человека. Использовать: полученные	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 3 § 3.2

				воздействия на человека. Характеристика наиболее распространенных АХОВ и их поражающее действие на организм человека.	знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.			
12	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах.	1	Комбинированный	Причины химических аварий и их возможные последствия. Опасные факторы аварий на химически опасных объектах. Последствия аварий на химически опасных объектах. Понятие об очаге и зоне химического заражения, их характеристика. Стойкость заражения АХОВ.	Знать: причины и последствия химических аварий. Иметь представление: об очаге и зоне химического заражения, стойкости АХОВ.	Индивидуальный опрос. Тест № 9-10	Презентация. Видео	Глава 3 § 3.3
13	Защита населения от аварийно химически опасных веществ.	1	Комбинированный	Основные способы защиты населения от АХОВ. Оповещение об авариях на химически опасных объектах. Использование средств индивидуальной защиты органов дыхания. Изготовление ватно-марлевой повязки. Укрытие людей в защитных сооружениях гражданской обороны. Порядок герметизации помещений в целях уменьшения поражающего действия АХОВ. Эвакуация населения из зон химического заражения.	Знать: основные способы защиты населения от АХОВ. Владеть навыками: выполнения мероприятий по защите от поражающих факторов аварий на ХОО и правильного использования СИЗ органов дыхания и кожи.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 3 § 3.4
14	Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Правила безопасного поведения при оповещении об аварии с выбросом АХОВ. Правила безопасного поведения при движении по зараженной местности. Правила безопасного поведения после выхода из зоны заражения.	Знать: правила безопасного поведения при авариях на химически опасных объектах. Владеть навыками: изготовления ватно-марлевой повязки. Иметь представление: о последствиях аварий на ХОО и мерах, принимаемых по защите населения.	Практическая работа. Отработка навыков изготовления ВМП. Тест № 11	Презентация. Видео	Глава 3 § 3.5
15	Правила безопасного поведения при	1	Урок комплекс	Правила безопасного поведения при аварии с выбросом АХОВ при	Знать: правила безопасного поведения при авариях с	Практическая работа.	Презентация. Видео.	Глава 3 § 3.5

	авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ.		сного применения ЗУН учащимися	отсутствии индивидуальных средств защиты, убежища, а также возможности выхода из зоны аварии. Первоочередные действия при подозрении на поражение АХОВ. Правила безопасного поведения при авариях на железнодорожных и автомобильных магистралях при перевозке опасных грузов.	выбросом АХОВ. Владеть навыками: пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно- марлевой повязкой).	Отработка навыков пользования СИЗ. (15 мин). Тест № 12-13		
--	--	--	--------------------------------	--	---	---	--	--

Аварии с выбросом радиоактивных веществ (5 ч)

16	Радиация вокруг нас.	1	Комбинированный	Радиоактивное (ионизирующее) излучение и его воздействие на людей и животных. Свойства радиоактивных веществ. Естественные и искусственные источники ионизирующих излучений. Дозы облучения людей от различных естественных и техногенных источников излучения. Внешнее и внутреннее облучение человека. Пути попадания радиоактивных веществ внутрь организма.	Знать: основные характеристики и единицы измерения ионизирующих излучений. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 4 § 4.1
17	Аварии на радиационно опасных объектах.	1	Комбинированный	Понятие о радиационно опасном объекте. Классификация аварий на радиационно-опасных объектах. Причины и фазы аварий на объектах с ядерными компонентами. Зоны радиоактивного заражения (загрязнения) местности при авариях на АЭС.	Иметь представление: о радиационно опасных объектах, классификации и причины аварий на этих объектах, зонах радиоактивного заражения местности при таких авариях.	Индивидуальный опрос. Тест № 14-15	Презентация. Видео	Глава 4 § 4.2, 4.3
18	Последствия радиационных аварий.	1	Комбинированный	Последствия выбросов радиоактивных продуктов в окружающую среду при авариях на радиационно опасных объектах. Специфические свойства радиоактивных веществ. Особенности радиоактивного загрязнения при авариях на радиационно опасных	Знать: виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 4 § 4.4-4.6

				объектах. Виды радиационного воздействия на людей и животных. Классификация возможных последствий облучения людей. Воздействие ионизирующих излучений на отдельные ткани и органы человека. Последствия однократного и многократного облучения организма человека. Последствия попадания радиоактивных веществ внутрь организма с пищей и водой.				
19	Защита от радиационных аварий.	1	Комбинированный	Правила безопасного поведения при оповещении об аварии на радиационно опасном объекте. Правила безопасного поведения при аварии на радиационно опасном объекте при отсутствии убежища и средств защиты. Правила безопасного поведения при движении по зараженной местности. Первоочередные действия по прибытии в район размещения эвакуируемых. Правила безопасного поведения при проживании на загрязненной местности.	Знать: способы оповещения об авариях на радиационно-опасных объектах и правила эвакуации. Иметь представление: о последствиях аварий на радиационно-опасных объектах и мерах, принимаемых по защите населения	Решение ситуационных задач.	Презентация. Видео	Глава 4 § 4.7
20	Защита от радиационных аварий.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Понятие о режиме радиационной защиты и его содержание. Меры по защите населения при радиационной аварии. Особенности проведения йодной профилактики и ее защитный эффект. Радиометрический контроль за содержанием радионуклидов в продуктах питания.	Знать: основные мероприятия по защите населения от последствий аварий на радиационно-опасных объектах. Владеть навыками: пользования СИЗ. Учатся: правильно действовать при авариях на радиационно-опасных объектах.	Практическая работа. Отработка навыков пользования СИЗ. (15 мин). Тест № 16-17	Презентация. Видео.	Глава 4 § 4.8
Гидродинамические аварии (3 ч)								
21	Аварии на гидродинамически опасных объектах, их	1	Комбинированный	Понятие о гидродинамической аварии. Причины гидродинамических аварий и их классификация. Понятие о зонах	Знать: виды гидродинамических аварий и их классификацию.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 5 § 5.1, 5.2

	причины и последствия.			затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Гидродинамически опасные объекты и их классификация. Основные поражающие факторы гидродинамических аварий. Последствия гидродинамических аварий.	Иметь представление: о гидродинамически опасных объектах, причинах, поражающих факторах и последствиях.			
22	Защита от гидродинамических аварий.	1	Комбинированный	Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах.	Знать: основные мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Решение ситуационных задач.	Презентация. Видео	Глава 5 § 5.3
23	Защита от гидродинамических аварий.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах во время внезапного затопления: до прибытия помощи при вынужденной самоэвакуации из зоны затопления. Правила безопасного поведения после аварии и схода воды.	Знать: правила безопасного поведения при возникновении гидродинамических аварий. Владеть навыками: выполнения мероприятий по защите от поражающих факторов аварий на гидродинамически опасных объектах.	Практическая работа. Отработка навыков эвакуации (15 мин). Тест № 19-20	Презентация.	Глава 5 § 5.4

Чрезвычайные ситуации на транспорте (2 ч)

24	Автомобильные аварии и катастрофы.	1	Комбинированный	Понятие об автомобильной аварии и автомобильной катастрофе. Основные причины автомобильных аварий и катастроф. Автомобиль, как источник повышенной опасности.	Иметь представление: об автомобильных авариях и катастрофах, их главных причинах. Использовать: полученные знания в повседневной.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Конспект
25	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов.	1	Комбинированный	Назначение велосипеда и мопеда, их краткая характеристика. Возраст, с которого разрешается выезжать на дороги на велосипеде и мопеде. Требования Правил дорожного	Знать: правила безопасного поведения на дорогах велосипедистов и водителей мопедов. Владеть навыками: подачи	Решение ситуационных задач.	Презентация. Видео	Конспект

				движения к передвижению на велосипедах и мопедах по улицам и дорогам. Правила подачи водителем велосипеда (мопеда) сигналов поворота, разворота и торможения.	сигналов водителем велосипеда (мопеда).			
Чрезвычайные ситуации экологического характера (5 ч)								
26	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека.	1	Комбинированный	Антропогенные изменения в природе. Влияние деятельности человека на окружающую среду. Формы негативного воздействия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайной ситуации экологического характера. Классификация чрезвычайных ситуаций экологического характера. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека. Виды загрязнений биосферы.	Знать: о влиянии состояния окружающей среды на здоровье человека. Иметь представление: о негативном влиянии деятельности человека на окружающую среду, источниках загрязнения биосферы, чрезвычайных ситуациях экологического характера и их классификации.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 6 § 6.1
27	Изменение состава атмосферы (воздушной среды).	1	Комбинированный	Понятие об атмосфере. Функции атмосферы. Источники загрязнения атмосферы. Изменение климата и прозрачность атмосферы. Парниковый эффект. Разрушение озонового экрана. Кислотные осадки. Выбросы вредных веществ.	Знать: о влиянии деятельности человека на атмосферу. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 21	Презентация.	Глава 6 § 6.2
28	Изменение состояния гидросферы (водной среды).	1	Комбинированный	Вода – важнейшая часть всего живого на Земле. Физико-химические качества питьевой воды. Значение пресной воды для жизнедеятельности человека. Причины ухудшения качества пресных вод. Понятие о сточных водах. Классификация сточных вод: бытовые, атмосферные, производственные. Их характеристика и влияние на здоровье населения.	Знать: о причинах ухудшения качества пресных вод. Иметь представление: о сточных водах и их классификации.	Решение ситуационных задач. Тест № 21а	Презентация.	Глава 6 § 6.3
29	Изменение состояния	1	Комбин	Функции и значение почвы. Основные	Знать: о причинах деградации	Решение	Презентация	Глава 6

	суши (почвы).		ированный	причины сокращения сельскохозяйственных угодий. Деградация почвы и ее причины. Эрозия почвенного покрова и опустынивание земель. Причины опасного влияния почвы на здоровье человека. Промышленные и бытовые отходы, как негативный фактор загрязнения почвы. Твердые и жидкие отходы. Влияние отходов на загрязнение почвы.	земель. <i>Иметь представление:</i> о промышленных, бытовых, твердых и жидких отходах. <i>Использовать:</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	ситуационных задач.	ия.	§ 6.4
30	Нормативы предельно допустимых воздействий на природу.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Понятие о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве. Нормы качества атмосферы, воды и почвы. Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами.	<i>Знать:</i> об экологической обстановке в России и месте пребывания; ПДК загрязняющих веществ. <i>Владеть навыками:</i> поведения при проживании в экологически неблагоприятных районах.	Пр. работа. Определение качества воды. (15 мин). Тест № 23-24	Презентация.	Глава 6 § 6.5

Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (3 ч)

31	Первая помощь при массовых поражениях.	1	Комбинированный	Опасные факторы массовых поражений людей при чрезвычайных ситуациях и их характеристика. Основная цель и задача первой помощи пострадавшим при массовых поражениях. Мероприятия первой помощи при массовых поражениях в чрезвычайных ситуациях.	<i>Иметь представление:</i> о целях, задачах и мероприятиях первой помощи пострадавшим при массовых поражениях. <i>Использовать:</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 24	Презентация.	Глава 1 § 1.1
32	Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Наиболее характерные и общие признаки химического отравления. Общие принципы и правила оказания первой помощи пострадавшим: при поступлении АХОВ через дыхательные пути, при попадании АХОВ на кожу, при поступлении АХОВ через рот.	<i>Знать:</i> правила оказания первой помощи при отравлении АХОВ. <i>Владеть навыками:</i> оказания первой помощи при ожогах кислотой и щелочью. <i>Использовать:</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Практическая работа. Помощь при ожогах. (15 мин). Тест № 25	Презентация.	Глава 1 § 1.9

				Оказание первой помощи при ожоге кислотой. Оказание первой помощи при ожоге щелочью.				
33	Первая помощь при бытовых отравлениях.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Первая помощь при отравлении минеральными удобрениями. Причины, последствия и признаки отравления минеральными удобрениями и другими химикатами. Оказание первой помощи: при первых признаках отравления минеральными удобрениями, при отравлении минеральными удобрениями через дыхательные пути, при попадании химикатов в глаза.	Знать: правила оказания первой помощи при отравлении минеральными удобрениями. Владеть навыками: оказания первой помощи при отравлении химикатами. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Практическая работа. Отработка ИВЛ. (15 мин). Тест № 29-30	Презентация.	Глава 2 § 2.1, 2.2
Раздел 3. Основы здорового образа жизни (1 ч)								
34	Физическая культура и закаливание. Основы репродуктивного здоровья	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Воспитание необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Развитие сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств. Средства развития физических качеств. Принципы закаливания. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Факторы окружающей среды для закаливания организма. Закаливание воздухом. Солнечные ванны. Закаливание водой. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма. Понятие о семье, основы репродуктивного здоровья.	Знать: о влиянии физических упражнений на организм человека. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Иметь представление: о браке и семье, основах репродукции.	Пр. раб. Сост. программы закаливания. (15 мин) Тест № 31-32	Презентация.	Глава 1 § 1.1-1.3

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
9 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля Измерители	Эл-ты дополнительного содержания	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (11 ч)								
Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч)								
1	Цели, задачи и структура РСЧС.	1	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Функции, задачи и структура РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС и их функции. Территориальные подсистемы РСЧС и их функции. Координационные органы РСЧС и их задачи. Постоянно действующие органы управления РСЧС и их функции. Органы повседневного управления РСЧС.	Знать: предназначение, структуру и задачи РСЧС Использовать: полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос.	Цели и задачи курса ОБЖ в текущем году. Презентация. Видео	Глава 1, § 1.1, 1.2
2	Режимы функционирования РСЧС.	1	Комбинированный	Режимы функционирования РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: в режиме повседневной деятельности, режиме повышенной готовности, режиме чрезвычайной ситуации.	Знать: режимы функционирования РСЧС Использовать: полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос. Тест № 1	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.3
3	Силы и средства РСЧС.	1	Комбинированный	Силы и средства РСЧС. Силы и средства наблюдения и контроля. Силы ликвидации чрезвычайных ситуаций.	Знать: силы и средства РСЧС Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности.	Практическая работа. Действия по сигналам оповещения. (15	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.4

						мин)		
Международное гуманитарное право (3 ч)								
4	Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм.	1	Комбинированный	Понятие о международном гуманитарном праве. Области международного гуманитарного права. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права.	<i>Иметь представление:</i> о международной системе гуманитарного реагирования. <i>Уметь:</i> осуществлять поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.	Индивидуальный опрос. Тест № 2-3	Презентация.	Глава 2, § 2.1, 2.6
5	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.	1	Комбинированный	Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых и больных из состава действующей армии. Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых, больных и потерпевших кораблекрушение из состава вооруженных сил на море. Правовая защита медицинского и духовного персонала, выполняющего свои функции во время военных действий. Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца, его организации и эмблемы.	<i>Иметь представление:</i> о целях, задачах и принципах гуманитарной деятельности. <i>Уметь:</i> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды. <i>Использовать:</i> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.2, 2.3
6	Защита военнопленных и гражданского населения.	1	Комбинированный	Понятие о комбатантах в международном. Категории лиц, относящиеся к комбатантам. Основные требования международного гуманитарного права по защите военнопленных. Основные требования международного гуманитарного права по защите лиц из числа гражданского населения, находящегося во власти противника. Особая защита международным гуманитарным правом женщин и детей.	<i>Знать:</i> основные требования по защите военнопленных и гражданского персонала. <i>Использовать:</i> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос. Тест № 4-5	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.4, 2.5
Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 ч)								
7	Защита от мошенников.	1	Комбинированный	Понятие о мошенничестве. Основные черты мошенника. Виды мошенничества: хищение путем обмана, хищение путем злоупотребления доверием. Уголовная ответственность за мошенничество.	<i>Знать:</i> об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний. <i>Использовать:</i> полученные	Решение ситуационных задач.	Презентация.	Глава 3, § 3.1

				Основные приемы мошенничества. Правила защиты от мошенников.	знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.				
8	Безопасное поведение девушек.	1	Комбинированный	Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Уголовная ответственность за насильственные действия сексуального характера. Лица, представляющие угрозу насильственных действий и их психологический портрет. Правила безопасного поведения и психологической защиты по предотвращению насильственных действий сексуального характера.	Знать: правила поведения в криминогенных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	Решение ситуационных задач. Тест № 6-7	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.2,	
9	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций.	1	Комбинированный	Психология преступника в выборе «жертвы». Признаки потенциальной «жертвы» и признаки неуязвимости уверенного в себе человека. Развитие качеств личности уверенного человека. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов.	Знать: правила поведения в криминогенных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	Решение ситуационных задач. Тест № 8, 8а	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.3	
Современный комплекс проблем безопасности (2 ч)									
10	Международный терроризм как угроза национальной безопасности.	1	Комбинированный	Понятие о терроризме. Цели террористических организаций. Типы терроризма и их характеристика. Основные направления международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности. Правовая основа антитеррористической деятельности в России.	Знать: типы терроризма и их характеристике Иметь представление: об основных направлениях международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности.	Индивидуальный опрос. Тест № 9	Презентация. Видео	Конспект	
11	Поведение при похищении или захвате в заложники.	1	Комбинированный	Поведение человека, которое может помочь избежать нападения злоумышленника. Психологические портреты террориста и его жертвы. Психология жертв террора. Правила поведения для заложников.	Знать: правила поведения при похищении и захвате в заложники. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной	Решение ситуационных задач.	Презентация. Видео	Конспект	

				Рекомендации гражданам по действиям в экстремальных и чрезвычайных ситуациях	безопасности.			
Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (9 ч)								
Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч)								
12	Причины травматизма и пути их предотвращения.	1	Комбинированный	Причины травматизма в старшем школьном возрасте. Наиболее характерные причины травм и повреждений у подростков и рекомендации по их предотвращению.	Знать: причины травматизма школьников. Владеть навыками: безопасного поведения по его предотвращению.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.1
13	Безопасное поведение дома и на улице.	1	Комбинированный	Понятие о бытовом травматизме. Рекомендации по предотвращению травм в домашних условиях. Предотвращение травм при пожаре в доме (квартире). Предотвращение травм при обращении с электрическими приборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на улице и на водоемах. Предотвращение травм в дорожно-транспортных происшествиях. Предотвращение травм в доме (на кухне, в ванной комнате, при проведении ремонта).	Знать: правила безопасного поведения дома и на улице. Уметь: соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травматизм дома и на улице. Использовать: полученные знания для воспитания ценностного отношения к своему здоровью и жизни.	Практическая работа. Правила пользования огнетушителями. Тест № 25-26	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.2, 1.5
14	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.	1	Комбинированный	Понятие о школьном травматизме. Предотвращение травм на уроках физики при работе электроприборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на уроках химии. Предотвращение травм на уроках физкультуры и при занятиях спортом. Предотвращение травм на переменах.	Знать: правила безопасного поведения на уроках в школе. Уметь: соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травмы. Использовать: полученные знания для воспитания ценностного отношения к своему здоровью и жизни.	Практическая работа. Оказание ПП при растяжении. Тест № 27, 27а	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.3, 1.4
Основы медицинских знаний (6 ч)								
15	Профилактика осложнений ран. Асептика и	1	Комбинированный	Понятие об асептике. Виды ранений, при которых необходимо выполнение мероприятий по предотвращению	Знать: виды ранений. Иметь представление: об асептике и антисептике.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.1

	антисептика.			инфицирования и ускорению заживления. Значение асептической повязки. Система асептических мероприятий. Понятие об антисептике. Виды антисептики. Химические и биологические средства антисептики, их характеристика и применение.		Тест № 29		
16	Травмы головы, позвоночника и спины.	1	Комбинированный	Причины и признаки травм головы и позвоночника. Оказание первой помощи при травмах головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга, признаки и симптомы. Основные правила оказания первой помощи при сотрясении головного мозга. Боли в спине. Признаки и симптомы повреждения спины. Предотвращение появления болей в спине. Первая помощь при болях в спине.	Знать: причины и признаки травм головы и позвоночника. Уметь: определять признаки и оказывать первую помощь при травмах головы и позвоночника	Решение ситуационных задач. Тест № 30, 30а	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.2
17	Экстренная реанимационная помощь.	1	Комбинированный	Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации.	Знать: признаки клинической смерти. Иметь представление: о последовательности проведения ре-анимационных мероприятий.	Индивидуальный опрос. Тест № 31	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.1
18	Действия при проведении непрямого массажа сердца.	1	Комбинированный	Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара. Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца.	Практически освоить: технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий.	Практическая работа. Оказание ЭРП. (15 мин)	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.2, 3.3
19	Действия при проведении искусственной вентиляции легких.	1	Комбинированный	Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного	Практически освоить: технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий.	Практическая работа. Оказание ЭРП. (15	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.4-3.5

				дыхания «рот-в-рот».		мин)		
20	Основные неинфекционные заболевания.	1	Комбинированный	Общие сведения о неинфекционных заболеваниях. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний и факторы, влияющие на их возникновение. Основные причины роста неинфекционных заболеваний.	Получить представление: о наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваниях.	Индивидуальный опрос. Тест № 32-35	Презентация.	Конспект
Раздел 3. Основы здорового образа жизни (14 ч)								
Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч)								
21	Здоровье человека.	1	Комбинированный	Понятие о здоровье. Составляющие здоровья. Духовное и физическое здоровье, их характеристика. Взаимосвязь духовного здоровья с социальным. Критерии оценки здоровья детей и подростков. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Общественное и индивидуальное здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека.	Получить представление: о составляющих здоровья человека, критериях его оценки, группах здоровья детей и подростков. Использовать: приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 1, § 1.1
22	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.	1	Комбинированный	Влияние здорового образа жизни на формирование личности. Элементы здорового образа жизни и их характеристика. Факторы риска. Теории оздоровления человеческого организма. Оздоровительные системы и их составляющие. Индивидуальный подход к выбору оздоровительной системы.	Знать: основное определение понятия «здоровый образ жизни»; факторы, влияющие на здоровье. Использовать: приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Практическая работа. Оценка ССС по индексу Руфье.		Глава 1, § 1.2, 1.3
23	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.	1	Комбинированный	Внешняя среда и ее воздействие на человека. Физические, химические, биологические и социальные факторы риска внешней среды и их характеристика. Факторы риска психического характера. Внутренняя среда организма. Способность организма поддерживать в заданных пределах состояние внутренней среды.	Получить представление: о влиянии факторов риска, риска внешней среды на внутреннюю среду организма человека. Использовать: приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 1, § 1.4

Личная гигиена (3 ч)

24	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.	1	Комбинированный	Общие сведения о гигиене. Задачи гигиены. Понятие о личной гигиене и ее составляющие. Общие сведения о коже человека и ее функциях. Гигиена кожи. Главная функция одежды человека. Гигиенические требования к одежде, обуви и головным уборам.	Знать: правила личной гигиены, ухода за кожей и одеждой. Получить представление: о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам.	Индивидуальный опрос. Тест № 15-16	Презентация.	Глава 2, § 2.1, 2.4
25	Гигиена питания и воды.	1	Комбинированный	Зависимость жизнедеятельности организма человека от питания и воды. Общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения. Гигиенические требования к питанию. Совместимость пищевых продуктов. Соотношение продуктов животного и растительного происхождения в рационе питания человека. Рекомендуемое количество белков, жиров и углеводов для детей и подростков. Режим питания. Распределения рациона питания в течение дня. Общие сведения о воде. Гигиенические требования к воде.	Знать: общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения и питьевой воде. Научиться: соблюдать режим питания, правильно распределять рацион питания в течение дня. Использовать: приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 2, § 2.2, 2.3
26	Гигиена жилища и индивидуального строительства.	1	Комбинированный	Зависимость состояния здоровья человека от условий жизни. Гигиенические требования, предъявляемые к современному жилищу. Гигиенические требования к микроклимату жилого помещения: комнатной температуре, относительной влажности воздуха, скорости движения комнатного воздуха, естественному и искусственному освещению. Гигиенические требования, предъявляемые к индивидуальному строительству загородных домов. Гигиенические требования при	Получить представление: о гигиенических требованиях к современному жилищу и индивидуальному строительству загородных домов. Использовать: приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос. Тест № 17-18	Презентация.	Глава 2, § 2.5, 2.6

				планировке территории. Гигиенические требования к водоснабжению и канализации. Гигиенические требования к сбору, обезвреживанию и удалению отбросов (отходов).				
Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч)								
27	Физиологическое и психологическое развитие подростков.	1	Комбинированный	Особенности физического развития в подростковом и юношеском возрасте. Внешние изменения организма. Развитие нервной системы и двигательных функций. Активизация работы желез внутренней секреции. Развитие сердечно-сосудистой системы и системы кровообращения. Неустойчивость организма к температурным воздействиям. Особенности психологического развития в подростковом и юношеском возрасте: повышенная эмоциональность и неустойчивость нервной системы. Рекомендации по предупреждению повышенной нервной возбудимости.	Знать: о физическом и психологическом развитии в подростковом и юношеском возрасте. Уметь: учитывать эти особенности при общении с окружающими.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 3, § 3.1
28	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.	1	Комбинированный	Понятие о состоянии влюбленности. Психологические особенности взаимоотношений подростков (юношей и девушек) в этом состоянии. Первые чувства и проявления любви. Вопросы нравственности во взаимоотношениях полов.	Получить представление: об особенностях отношений юношей и девушек.	Решение ситуационных задач.	Презентация.	Глава 4
29	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях.	1	Комбинированный	Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями. Общение с возбужденным собеседником. Приемы	Знать: виды конфликтов. Уметь: правильно вести себя в конфликтных ситуациях.	Решение ситуационных задач.	Презентация.	Глава 3, § 3.2, 3.3

				снятия эмоционального возбуждения.				
30	Суицидальное поведение подростков в подростковом возрасте.	1	Комбинированный	Общие сведения о суицидах. Опасные ситуации, связанные с суицидами (самоубийствами). Причины и факторы, повышающие вероятность суицидов. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суициды среди подростков, молодежи и студентов. Понятие об угнетенном психическом состоянии и депрессии, пути их преодоления. Профилактика суицидов.	Получить представление: о причинах и профилактике суицидов. Уметь: преодолеть угнетенное психическое состояние и депрессию.	Индивидуальный опрос. Тест № 22-23	Презентация.	Глава 3, § 3.4
Факторы, разрушающие здоровье человека (4 ч)								
31	Употребление табака.	1	Комбинированный	Понятие о табакокурении. Состав табачного дыма. Никотин и признаки его отравления. Опасное воздействие угарного газа и радиоактивных веществ, содержащихся в табаке. Стадии никотиновой зависимости и их характеристика. Негативное воздействие табачного дыма на организм человека. Профилактика и отказ от табакокурения.	Сформировать: у себя негативное отношение к табакокурению. Использовать: приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 5, § 5.1
32	Употребление алкоголя.	1	Комбинированный	Алкоголь и его влияние на здоровье. Разрушающее воздействие алкоголя на все системы и органы человека. Последствия воздействия алкоголя на головной мозг, пищеварительную функцию, печень, железы внутренней секреции, поджелудочную железу, половую функцию и т. д. Развитие алкоголизма. Понятие о пьянстве и алкоголизме. Похмельный синдром и его признаки. Первая помощь при алкогольном отравлении. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье.	Сформировать: у себя негативное отношение к употреблению алкоголя. Уметь: оказывать первую помощь при отравлении алкоголем.	Индивидуальный опрос. Тест № 19	Презентация. Видео	Глава 5, § 5.2
33	Наркомания и токсикомания.	1	Комбинированный	Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических веществ на	Сформировать: у себя негативное отношение к	Индивидуальный	Презентация.	Глава 5, § 5.3

			ый	организм человека. Признаки наркомании и токсикомании. Развитие психической зависимости от наркотика. Развитие физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами. Первая помощь при наркотическом отравлении. Первая помощь при отравлении лекарственными препаратами.	употреблению психоактивных веществ. Уметь: оказывать первую помощь при отравлении наркотиками и лекарственными препаратами.	опрос. Тест № 20		
34	Заболевания, передающиеся половым путем.	1	Комбинированный	Понятие о заболеваниях, передаваемых половым путем, и их опасность для здоровья человека. Характеристика наиболее распространенных заболеваний, передаваемых половым путем, и их профилактика. Понятие о синдроме приобретенного иммунодефицита (СПИД) и ВИЧ-инфекции, их профилактика.	Получить представление: о заболеваниях, передающихся половым путем, и путях их профилактики. Использовать: приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос. Тест № 21	Презентация.	Конспект

