

Приложение № 1
к адаптированной основной
общеобразовательной программе
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
утверждена приказом МБОУ СОШ № 95
от 08.04.2020 №69

**Рабочая программа
учебного предмета
«Основы безопасности
жизнедеятельности»
5-9 классы**

1. Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Федерального Государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

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

Реализовать данную цель помогут следующие задачи:

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

2. Общая характеристика учебного предмета, с учетом особенностей его освоения обучающимися

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

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

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

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Обучение основам безопасности жизнедеятельности рассчитано на пять лет с 5 по 9 классы по 1 часу в неделю (34 часа в год), 170 часов с 5 по 9 классы.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты освоения АООП должны отражать:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально

значимых мотивов учебной деятельности;

9) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

10) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

11) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

12) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

13) формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты освоения АООП:

1) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);

2) первоначальные представления о значении физической культуры для физического развития, повышения работоспособности;

3) вовлечение в систематические занятия физической культурой и доступными видами спорта;

4) умения оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок.

Требования к уровню подготовки учащихся

К концу 5 класса учащиеся должны знать:

- какие предметы обихода могут оказаться опасными при неправильном обращении с ними
- правила пользования этими предметами, газом, водой, электроприборами
- меры, которые необходимо предпринять для устранения затопления жилища, утечки газа
- правила пользования лифтом
- об угрозе нападения, исходящей от незнакомых людей
- основные правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера
- правила безопасного поведения на улице
- правила безопасного обращения со спичками и зажигалками, быстровоспламеняющимися

веществами

- правила обращения газовой плитой, электроприборами
- правила поведения при пожаре в доме, автобусе, лесу
- правила поведения при землетрясении
- правила пользования общественным транспортом
- правила поведения в транспорте при возникновении ЧС
- значение сигналов светофора
- правила движения пешеходов по тротуарам и обочине дороги
- правила перехода улиц и дорог
- правила безопасности в лесу
- виды ядовитых растений и грибов
- признаки отравления организма и способы оказания первой помощи
- меры безопасности при купании и способы оказания помощи утопающему
- что такое здоровый образ жизни

уметь:

- узнавать сигналы, оповещающие о возникновении ЧС
- быстро и спокойно действовать при эвакуации из здания
- вызвать нужную службу спасения по телефону
- закрывать водопроводный вентиль, перекрывающий подачу воды
- закрывать вентиль, перекрывающий подачу газа
- оказывать первую помощь при порезах и уколах
- вызывать помощь при остановке лифта между этажами
- предпринимать правильные действия при встрече с незнакомцем
- выполнять правила безопасного поведения на улице
- обращаться за помощью в случае возникновения опасной ситуации на улице
- вызывать пожарную команду по телефону и объяснить, что произошло, давать точный адрес с указанием дома, номера подъезда, этажа, квартиры
- гасить небольшой огонь подручными средствами
- делать для себя мокрую маску от дыма приобретать билеты для проезда в транспорте

- двигаться по тротуарам улицы и обочине загородной дороги
- правильно переходить улицы и загородные дороги по наземному и подземному переходу
- оказывать помощь тонущему человеку с использованием подручных средств
- правильно вести себя во время землетрясения
- вести здоровый образ жизни
- К концу 6 класса учащиеся должны знать:
 - главные составные части дороги, дорожную разметку и дорожные знаки, виды перекрестков, сигналы светофоры и регулировщика
 - сигналы, подаваемые водителями транспортных средств
 - правила перехода улиц и дорог
 - правила перехода улицы при высадке из общественного транспорта
 - дорожные знаки действия при пожаре в общественном транспорте
 - как выбирать место для катания на велосипеде, скейтборде, роликовых коньках
 - возможные последствия пользования неисправным оборудованием
 - правила поведения на воде
 - правила пользования различными плавательными средствами
 - способы и средства самоспасения и оказания помощи утопающему на воде
 - правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции
 - правила обращения с ртутным термометром
 - правила предосторожности, необходимые для обеспечения предотвращения возникновения криминогенной ситуации в жилище
 - способы и средства первой помощи при различных укусах и последующие действия пострадавшего
 - правила сбора грибов и ягод в лесу
 - правила поведения при землетрясении
 - что такое эвакуация, правила эвакуации
 - элементарные сведения о возможностях инфицирования ран
 - обеззараживающие средства
 - способы оказания первой помощи при травмах
 - что такое здоровый образ жизни
- уметь:**
 - различать сигналы светофора и регулировщика
 - сигналы, подаваемые водителями транспортных средств
 - соблюдать правила перехода улиц и дорог
 - проверять техническое состояние велосипеда, скейтборда, роликовых коньков
 - соблюдать правила движения по улице
 - соблюдать обязанности пассажира
 - соблюдать правила перехода улицы при высадке из общественного транспорта
 - соблюдать правила поведения на воде
 - проверять состояние плавательных средств
 - правильно вести себя во время землетрясения
 - соблюдать правила обращения со средствами бытовой химии
 - соблюдать меры предосторожности для предотвращения возникновения криминогенной ситуации в жилище
 - оказывать первую помощь при различных укусах и вызывать врача
 - выполнять действия по сигналу учебной тревоги об эвакуации из школьного здания
 - оказывать первую помощь при травмах
 - вести здоровый образ жизни
- К концу 7 класса учащиеся должны знать:**
 - правила для пешеходов
 - средства регулирования дорожного движения
 - правила езды на велосипеде
 - правила поведения при террористических актах
 - правила поведения человека при попадании в условия вынужденного автономного

существования в природных условиях

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

уметь:

- переходить дорогу в разрешенном месте
- выполнять правила безопасного поведения на остановке, в салоне транспортного средства
- соблюдать правила передвижения по улице на велосипеде
- соблюдать правила поведения при террористических актах
- составлять план действий в условиях вынужденной автономии
- ориентироваться на местности по солнцу, по деревьям
- различать съедобные растения
- готовить пищу на костре
- применять меры по профилактике пищевых отравлений
- разводить костры разных типов
- подавать сигналы бедствия
- подбирать и упаковывать необходимые для турпохода вещи
- соблюдать меры безопасности при переходе водоемов по льду
- применять правила спасения при попадании в полынью
- соблюдать правила безопасного поведения на воде
- оказывать первую помощь утопающему
- правильно действовать при пожаре в общественном месте
- применять лекарственные растения
- накладывать повязки и жгуты при переломе
- оказывать первую медицинскую помощь при тепловых и солнечных ударах
- оказывать первую медицинскую помощь при укусах змей и насекомых
- правильно вести себя во время землетрясения
- вести здоровый образ жизни

К концу 8 класса учащиеся должны знать:

- правила дорожного движения
- дорожно - транспортную структуру города
- правила поведения при угрозе террористических актов
- причины возникновения ЧС природного характера
- виды опасных природных явлений
- правила поведения во время землетрясения
- правила поведения во время моретрясений и цунами

- возможные последствия обвалов, оползней, селей
- возможные последствия бурь, ураганов, смерчей
- рекомендации по действиям при наводнении и его угрозе
- причины возникновения лесных пожаров, меры по их профилактике
- меры безопасности в зоне лесных пожаров
- правила эвакуации
- правила пользования противогазом
- способы остановки кровотечения
- правила наложения резинового жгута
- правила оказания первой медицинской помощи при обморожении и ожоге
- основы здорового образа жизни

уметь:

- правильно переходить улицы
- соблюдать правила поведения при террористических актах
- устанавливать причинно - следственные связи между опасными природными явлениями и ЧС

природного характера

- выполнять рекомендации по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения
- соблюдать правила безопасного поведения во время землетрясения
- соблюдать меры безопасности в зоне лесных пожаров
- вовремя и правильно эвакуироваться из здания
- надевать противогаз
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим
- вести здоровый образ жизни

К концу 9 класса учащиеся должны знать:

- виды железнодорожного транспорта
- правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях
- правила поведения в аварийной ситуации в ж/д транспорте
- причины бедствий на реках, морях, океанах
- правила поведения на судне
- индивидуальные и коллективные спасательные средства
- правила эвакуации с аварийного судна
- правила поведения при пожаре на судне
- правила поведения в самолете
- действия при разгерметизации в самолете
- действия при пожаре в самолете
- правила безопасного поведения при угрозе террористических актов
- виды промышленных аварий и катастроф
- причины возникновения пожаров
- меры профилактики пожаров
- правила безопасного поведения при пожарах и взрывах
- правила поведения во время землетрясения
- виды переломов
- правила оказания первой медицинской помощи при переломах
- причины, вызывающие поражение отравляющими веществами
- основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами
- действия населения при оповещении о химическом заражении
- индивидуальные средства защиты
- порядок действий при оповещении о радиоактивном заражении
- виды поражающих факторов и их воздействие на человека
- способы оповещения населения о ЧС техногенного характера

уметь:

- соблюдать правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях, в вагоне
- соблюдать правила поведения на судне
- пользоваться спасательным жилетом

- соблюдать правила поведения в самолете
- соблюдать правила безопасного поведения во время землетрясения
- оказывать первую медицинскую помощь при переломах
- соблюдать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта
- пользоваться противогазом, респиратором
- быстро готовиться к эвакуации
- оказывать медицинскую помощь при радиационном заражении, при химическом ожоге.

5. Содержание учебного предмета

Курс 5 класса включает следующие темы:

1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:

- Особенности города как среды обитания человека
- Особенности жизнедеятельности современного жилища
- Чем опасно жилище для человека. Виды опасных и вредных факторов современного жилища
- Как правильно пользоваться электроприборами, газом, водой
- Опасные ситуации дома. Как их избежать
- Как действовать при возникновении чрезвычайной ситуации в доме, школе (пожар, утечка воды, газа, неисправность, электроприбора, колючие и режущие предметы)
 - Правила безопасности в лифте
 - Правила безопасности на лестнице
 - Пожар в жилище. Возможные причины возникновения пожара
 - Правила поведения при пожаре
 - Правила вызова пожарной охраны
 - Виды общественного транспорта
 - Правила безопасности на остановках общественного транспорта
 - Правила на остановках общественного транспорта
 - Правила безопасности в автобусе, троллейбусе, в трамвае
 - Правила оплаты проезда в общественном транспорте
 - Сигналы светофора
 - Регулируемое движение

2. Правила безопасного поведения в природной среде:

- Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Способы преодоления этих ситуаций
- Съедобные и несъедобные ягоды, грибы, плоды. Меры осторожности в обращении с дарами природы
 - Безопасное поведение в лесу
 - Ориентирование в лесу по компасу, по звукам, по солнцу, по растениям, по муравейнику
 - Ориентирование на местности разными способами
 - Приметы приближающего дождя. Правила поведения на природе во время дождя и грозы
 - Меры безопасности при купании в водоемах
 - Способы самоспасения и оказания помощи тонущему человеку
 - Основные подручные спасательные средства
 - Правила поведения при землетрясении

3. Правила безопасного поведения в социальной среде:

- Улица - место повышенной личной опасности
- Правила безопасного поведения на улице в различных ситуациях
- Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов

4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:

- Понятие об эвакуации
- Безопасные маршруты путей эвакуации

5. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни:

- Перевязочные и лекарственные средства
- Оказания первой медицинской помощи при ссадинах, порезах, травме

- Перевязочные и лекарственные средства
- 6. Основы здорового образа жизни:**
- Здоровье человека, общие понятия и определения

Курс 6 класса включает следующие темы:

1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:

- Особенности города, в котором мы живем
- Наиболее распространенные опасные ситуации в жилище и их последствия.
- Причины возникновения пожара
- Опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь
- Правила поведения во время возникновения пожара
- Утечка газа, причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при утечке газа, правила поведения при утечке газа
- Заторпление жилища, причины, последствия
- Правила поведения при заторплении жилища
- Виды средств бытовой химии по степени потенциальной опасности
- Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции
- Химические ожоги, их причины, первая помощь при химическом ожоге
- Регулирование улиц и дорог
- Дорога и ее главные составные части
- Дорожная разметка и дорожные знаки
- Группы дорожных знаков
- Перекрестки и их виды
- Переход улиц и дорог
- Дорожные ситуации, связанные с закрытым обзором
- Опасные ситуации на дорогах
- Опасные ситуации

2. Правила безопасного поведения в природной среде:

- Загрязнения воздуха, воды, и почвы в местах проживания, их возможные причины
- Профилактика нарушений экологического равновесия
- Правила поведения на воде
- Средства первой помощи при укусе и последующие действия пострадавшего
- Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу
- Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы

3. Правила безопасного поведения в социальной среде:

- Возможные опасные ситуации при возникновении в жилище незнакомых людей (ограбление квартиры, похищение детей с целью выкупа, с целью получения
- Правила безопасного поведения при возникновении угрозыличной безопасности в квартире, на улице, около дома, в лифте, в подъезде
- Намерения незнакомца
- Поведение в экстремальной ситуации на улице
- Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов
- Алгоритм действий при различных чрезвычайных ситуациях
- Правила поведения при землетрясении

4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:

- Что такое эвакуация
- Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации

5. Основы медицинских знаний:

- Перевязочные и лекарственные средства
- Понятие о травме
- Средства оказания первой медицинской помощи при травмах

6. Основы здорового образа жизни:

- Правила личной гигиены

•

Курс 7 класса включает следующие темы:

1. Правила поведения в бытовой (городской) среде:

- Переход улиц и дорог
- Ошибки пешеходов. Культура поведения на улицах и дорогах
- Средства регулирования дорожного движения
- Правила для велосипедистов

2. Правила безопасного поведения в социальной среде:

- Правила поведения при угрозе террористического акта
- Алгоритм действий при угрозе теракта

3. Правила безопасного поведения в природной среде:

- Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций
- Формула безопасности. Средства и способы самоспасения
- Правила поведения при землетрясении
- Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния
 - Последовательность действий при вынужденной автономии. Сигналы бедствия и сигнальные средства.
 - Ориентирование на местности и выход к населенному пункту
 - Анализ ситуации и составление общего плана действий по выживанию
 - Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья
 - Разведение костра. Типы костров. Обогрев временного жилища
 - Меры профилактики при отравлении угарным газом
 - Воздействия жары на организм человека.
 - Очистка воды. Опреснение воды. Рыбная ловля и охота
 - Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений
 - Смена климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации
 - Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при купании на воде
 - Меры безопасности при использовании гребными лодками
 - Первая помощь утопающему
 - Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду
 - Правила спасения при попадании в полынью. Осторожно, ледоход!

4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:

- Правила поведения при эвакуации

5. Основы медицинских знаний:

- Медицинская аптечка на случай вынужденной автономии, перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии
 - Лекарственные растения, их использование
 - Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых
 - Оказание помощи при травмах

6. Основы здорового образа жизни:

- Меры укрепления здоровья и профилактика заболеваний
- Питание человека
- Влияние вредных привычек на здоровье

Курс 8 класса включает следующие темы:

1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:

- Дорожно - транспортная структура города
- Дорожные "ловушки" и навыки безопасного поведения на дорогах

2. Правила безопасного поведения в социальной среде:

- Захват террористами транспортных средств
- Правила поведения при угрозе террористического акта

3. Правила безопасного поведения в природной среде:

- Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера. Причины возникновения чрезвычайной ситуации природного характера
- Виды опасных природных явлений
- Происхождение землетрясений. Понятия: очаг землетрясения, эпицентр Основные параметры землетрясения
- Правила поведения при землетрясении
- Извержение вулканов. Правила поведения при извержении вулканов
- Понятие о моретрясении и цунами. Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясений и цунами
- Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах. Происхождение и оценка силы
- Возможные последствия бурь, ураганов, смерчей
- Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей
- Понятие о наводнениях, их классификация
- Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения
- Лесные пожары, их виды
- Профилактика лесных и торфяных пожаров

4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:

- Действия во время эвакуации из здания
- Определение безопасного маршрута, помощь младшим при эвакуации
- Индивидуальные средства защиты, их назначение
- Устройство противоголозов и респираторов. Способы применения

5. Основы медицинских знаний:

- Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях
- Способы остановки кровотечения
- Правила наложения резинового жгута, повязок
- Первая помощь при обморожениях
- Виды ожогов. Первая помощь при ожогах.

6. Основы здорового образа жизни:

- Чередование труда и отдыха, виды отдыха
- Влияние вредных привычек на организм подростка

Курс 9 класса включает следующие темы:

1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:

- Виды железнодорожного транспорта. Опасность в вагоне поезда
- Правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях
- Виды аварийной ситуации на железной дороге. Правила поведения в аварийной ситуации
- Причины бедствий на реках, морях, океанах. Правила поведения на судах
- Средства спасения
- Правила эвакуации с аварийного судна, пожары на судах
- Правила поведения в самолете в различных ситуациях
- Безопасное поведение в салоне
- Действия при разгерметизации в самолете
- Действия при пожаре в самолете

2. Правила безопасного поведения в социальной среде:

- Правила безопасного поведения при угрозе и ходе террористического акта
- Алгоритм действий при угрозе террористического акта

3. Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера:

- Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера
- Пожаро - и взрывоопасные объекты
- Промышленные аварии и катастрофы
- Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Условия, способствующие горению
- Правила безопасного поведения при пожаре
- Понятия о взрывах. Характеристика взрывов, их причины и последствия

- Виды стихийных бедствий и катастроф, их последствия
 - Виды поражающих факторов и их воздействие на человека
 - Поражающие факторы ядерного взрыва. Комбинированные радиационные поражения
 - Основы оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении
 - Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении
 - Основные группы отравляющих веществ по силе и скорости воздействия. Причины, вызывающие поражение отравляющими веществами
 - Основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами
 - Действия населения при оповещении о химическом заражении. Индивидуальные средства защиты
 - Гидродинамические аварии, их причины и последствия
 - Понятие о зоне затопления. Правила безопасного поведения при наводнении
 - Правила поведения при землетрясении
- 4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
- Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Эвакуация при возникновении чрезвычайной ситуации техногенного характера
 - Виды противогазов (изолирующие, фильтрующие)
 - Устройство противогаза. Пользование противогазом
 - Виды респираторов, устройство респиратора, пользование респиратором
- 5. Основы медицинских знаний:**
- Понятие о переломах. Общие принципы оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах
 - Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлении химическими веществами
- 6. Основы здорового образа жизни:**
- Понятие о токсикомании и наркомании
 - Развитие психической зависимости от наркомании
 - Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами

6. Тематическое планирование

5 класс

| № | тема | час |
|-----|--|-----|
| 1. | Особенности города как среды обитания человека. Особенности жизнедеятельности современного жилища. | 1 |
| 2. | Чем опасно жилище для человека. | 1 |
| 3. | Виды опасных и вредных факторов современного жилища | 1 |
| 4. | Как правильно пользоваться электроприборами, газом, водой. | 1 |
| 5. | Опасные ситуации дома. Как их избежать | 1 |
| 6. | Как действовать при возникновении чрезвычайной ситуации в доме, школе. | 1 |
| 7. | Правила безопасности в лифте | 1 |
| 8. | Правила безопасности на лестнице. Пожар в жилище. | 1 |
| 9. | Возможные причины возникновения пожара. Правила поведения при пожаре | 1 |
| 10. | Правила вызова пожарной охраны. Виды общественного транспорта | 1 |
| 11. | Правила безопасности на остановках общественного транспорта. | 1 |
| 12. | Правила безопасности в автобусе, троллейбусе, трамвае | 1 |
| 13. | Правила оплаты проезда в общественном транспорте. | 1 |
| 14. | Сигналы светофора | 1 |
| 15. | Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Способы преодоления этих ситуаций. | 1 |
| 16. | Найди выход из ситуации чрезвычайного характера | 1 |
| 17. | Съедобные и несъедобные ягоды, грибы, плоды. Меры осторожности в | 1 |

| | | |
|-----|---|---|
| | обращении с дарами природы. | |
| 18. | Безопасное поведение в лесу | 1 |
| 19. | Ориентирование на местности разными способами. Приметы приближающегося дождя. | 1 |
| 20. | Правила поведения на природе во время дождя и грозы | 1 |
| 21. | Меры безопасности при купании в водоемах. | 1 |
| 22. | Способы самоспасения и оказания помощи тонущему человеку | 1 |
| 23. | Основные подручные спасательные средства. Меры безопасности в условиях | 1 |
| 24. | Землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения | 1 |
| 25. | Улица - место повышенной личной опасности. | 1 |
| 26. | Правила безопасного поведения на улице в различных ситуациях. | 1 |
| 27. | Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении | 1 |
| 28. | Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов | 1 |
| 29. | Понятие об эвакуации. | 1 |
| 30. | Безопасные маршруты путей эвакуации | 1 |
| 31. | Перевязочные и лекарственные средства. | 1 |
| 32. | Оказания первой медицинской помощи при ссадинах, порезах, травме | 1 |
| 33. | Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровый образ жизни. Соблюдение личной гигиены | 1 |

6 класс

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

| | | |
|-----|---|---|
| 20. | Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу | 1 |
| 21. | Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы. | 1 |
| 22. | Меры безопасности в условиях землетрясения. | 1 |
| 23. | Правила безопасного поведения во время землетрясения | 1 |
| 24. | Возможные опасные ситуации при возникновении в жилище незнакомых людей. | 1 |
| 25. | Правила безопасного поведения при возникновении угрозы личной безопасности. Распознавание намерений незнакомца по его внешнему виду | 1 |
| 26. | Поведение в экстремальной ситуации на улице. | 1 |
| 27. | Алгоритм действий при различных чрезвычайных ситуациях. | 1 |
| 28. | Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов | 1 |
| 29. | Что такое эвакуация. | 1 |
| 30. | Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации | 1 |
| 31. | Перевязочные и лекарственные средства. Понятие о травме. | 1 |
| 32. | Средства оказания первой медицинской помощи при травмах | 1 |
| 33. | Взаимосвязь между образом жизни и здоровьем. | 1 |
| 34. | Правила личной гигиены | 1 |

7 класс

| № | тема | час |
|-----|--|-----|
| 1. | Переход улиц и дорог. Ошибки пешеходов. | 1 |
| 2. | Культура поведения на улицах и дорогах. | 1 |
| 3. | Средства регулирования дорожного движения. | 1 |
| 4. | Правила для велосипедистов. Выбери ошибки, совершаемые пешеходами. | 1 |
| 5. | Правила поведения при угрозе террористического акта. | 1 |
| 6. | Алгоритм действий при угрозе теракта | 1 |
| 7. | Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций. | 1 |
| 8. | Формула безопасности (основные принципы самоспасения). Средства и способы самоспасения. | 1 |
| 9. | Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния. | 1 |
| 10. | Последовательность действий при вынужденной автономии. | 1 |
| 11. | Сигналы бедствия и сигнальные средства | 1 |
| 12. | «Определи последовательность действий при вынужденной автономии». | 1 |
| 13. | Ориентирование на местности и выход к населенному пункту. | 1 |
| 14. | Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья. | 1 |
| 15. | Анализ ситуации и составление общего плана действий по выживанию | 1 |
| 16. | Оборудование временного укрытия. Виды летних и зимних укрытий. Разведение костра | 1 |
| 17. | Типы костров. Обогрев временного жилища. Меры профилактики при отравлении угарным газом. | 1 |
| 18. | Воздействия жары на организм человека. Очистка воды. | 1 |
| 19. | Опреснение воды. Рыбная ловля и охота. | 1 |
| 20. | Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений. | 1 |

| | | |
|-----|--|---|
| 21. | Смена климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации. | 1 |
| 22. | Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при купании на воде. | 1 |
| 23. | Меры безопасности при использовании гребными лодками. Первая помощь утопающему. | 1 |
| 24. | Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду. | 1 |
| 25. | Правила спасения при попадании в полынью. Осторожно, ледоход! | 1 |
| 26. | Меры безопасности в условиях землетрясения. | 1 |
| 27. | Правила безопасного поведения во время землетрясения | 1 |
| 28. | Правила поведения при эвакуации | 1 |
| 29. | Медицинская аптечка, перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии. | 1 |
| 30. | Лекарственные растения. Использование природных лекарственных средств | 1 |
| 31. | Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых. | 1 |
| 32. | Оказание помощи при травмах | 1 |
| 33. | Меры укрепления здоровья и профилактика заболеваний. | 1 |
| 34. | Питание человека. Влияние вредных привычек на здоровье | 1 |

8 класс

| № | тема | час |
|-----|---|-----|
| 1. | Дорожно - транспортная структура города. Навыки правильной оценки ситуации на дороге | 1 |
| 2. | Дорожные "ловушки" и навыки безопасного поведения на дорогах. | 1 |
| 3. | Захват террористами транспортных средств. | 1 |
| 4. | Правила поведения при угрозе террористического акта. | 1 |
| 5. | Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера, причины ее возникновения. | 1 |
| 6. | Виды опасных природных явлений | 1 |
| 7. | Происхождение землетрясений. Основные понятия и параметры. | 1 |
| 8. | Меры безопасности в условиях землетрясения. | 1 |
| 9. | Правила безопасного поведения во время землетрясения | 1 |
| 10. | Извержение вулканов. | 1 |
| 11. | Правила поведения при извержении вулканов | 1 |
| 12. | Понятие о моретрясении и цунами, их происхождение. | 1 |
| 13. | Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясений и цунами | 1 |
| 14. | Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах. | 1 |
| 15. | Меры по предупреждению обвалов, оползней, селей, лавин | 1 |
| 16. | Рекомендации населению по действиям при угрозе и ходе обвалов, оползней, селей, лавин | 1 |
| 17. | Происхождение и оценка силы ураганов. Возможные последствия бурь, ураганов, смерчей. | 1 |
| 18. | Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей | 1 |
| 19. | Понятие о наводнениях, их классификация. | 1 |
| 20. | Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во | 1 |

| | | |
|-----|---|---|
| | время наводнения | |
| 21. | Лесные пожары, их виды. | 1 |
| 22. | Причины возникновения пожаров, их профилактика. | 1 |
| 23. | Меры безопасности в зоне лесных пожаров | 1 |
| 24. | Действия во время эвакуации из здания. | 1 |
| 25. | Определение безопасного маршрута, помощь младшим при эвакуации | 1 |
| 26. | Индивидуальные средства защиты, их назначение. | 1 |
| 27. | Устройство противогазов и респираторов. Способы применения | 1 |
| 28. | Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях. | 1 |
| 29. | Способы остановки кровотечения. | 1 |
| 30. | Правила наложения резинового жгута, повязок. | 1 |
| 31. | Правила наложения повязок. | 1 |
| 32. | Первая помощь при обморожении, ожоге. | 1 |
| 33. | Чередование труда и отдыха. Виды отдыха | 1 |
| 34. | Влияние вредных привычек на организм ребенка | 1 |

9 класс

| № | тема | час |
|----|---|-----|
| 1 | Виды железнодорожного транспорта. Опасность в вагоне поезда | 1 |
| 2 | Правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях | 1 |
| 3 | Виды аварийных ситуаций на железной дороге. Правила поведения в аварийной ситуации | 1 |
| 4 | Причины бедствий на реках, морях, океанах. Правила поведения на судне | 1 |
| 5 | Средства спасения (спасательный жилет, шлюпки, надувные плоты) | 1 |
| 6 | Правила эвакуации с аварийного судна. Ситуация «Человек за бортом». Пожары на судах | 1 |
| 7 | Правила поведения в самолете. Действия при разгерметизации в самолете | 1 |
| 8 | Действия при пожаре в самолете | 1 |
| 9 | Правила безопасного поведения при угрозе и ходе террористического акта | 1 |
| 10 | Алгоритм действий при угрозе террористического акта | 1 |
| 11 | Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Пожаро - и взрывоопасные объекты | 1 |
| 12 | Промышленные аварии и катастрофы | 1 |
| 13 | Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Условия, способствующие горению | 1 |
| 14 | Правила безопасного поведения при пожаре | 1 |
| 15 | Понятия о взрывах. Характеристика взрывов, их причины и последствия | 1 |
| 16 | Виды стихийных бедствий и катастроф, их последствия | 1 |
| 17 | Виды поражающих факторов и их воздействие на человека | 1 |
| 18 | Поражающие факторы ядерного взрыва. Комбинированные радиационные поражения. | 1 |
| 19 | Основы оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении | 1 |
| 20 | Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении | 1 |

| | | |
|----|---|---|
| 21 | Основные группы отравляющих веществ по силе и скорости воздействия. Причины, вызывающие поражение отравляющими веществами | 1 |
| 22 | Основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами | 1 |
| 23 | Действия населения при оповещении о химическом заражении. Индивидуальные средства защиты | 1 |
| 24 | Гидродинамические аварии, их причины и последствия | 1 |
| 25 | Понятие о зоне затопления. Правила безопасного поведения при наводнении | 1 |
| 26 | Меры безопасности и правила поведения в условиях землетрясения | 1 |
| 27 | Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Эвакуация при возникновении ЧС техногенного характера | 1 |
| 28 | Средства индивидуальной защиты. Виды противогазов. Правила пользования | 1 |
| 29 | Виды респираторов, устройство, правила пользования | 1 |
| 30 | Понятие о переломах. Общие принципы оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах | 1 |
| 31 | Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлении химическими веществами | 1 |
| 32 | Влияние физических упражнений на развитие растущего организма, закаливание | 1 |
| 33 | Понятие о токсикомании и наркомании. Развитие психической зависимости от наркомании. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами | 1 |

7. Материально-техническое оснащение

| № | Название | Количество |
|--------------------------------|--|------------|
| 1. Видеоматериалы | | |
| 1.1 | Безопасность в доме. | 1 |
| 1.2 | Безопасность детей в транспортном мире. | 1 |
| 1.3 | Пожарная безопасность. | 1 |
| 1.4 | Безопасность на воде. | 1 |
| 1.5 | Основы медицинских знаний. | 1 |
| 1.6 | Первая медицинская помощь. | 1 |
| 1.7 | ОРТ «Основной инстинкт», наркотики. | 1 |
| 1.8 | ДТП, пожар. | 1 |
| 1.9 | Алкоголь. | 1 |
| 1.10 | «Цунами» | 1 |
| 1.11 | «Боевые искусства» | 1 |
| 2. Брошюры по темам ОБЖ | | |
| 2.1 | Документы по подготовке и проведению комплексных учений и тренировок на объекте. | 1 |
| 2.2 | Типовые положения основных структур РСЧС и ГО. | 1 |
| 2.3 | Воинская обязанность и военная служба. | 1 |
| 2.4 | ЧС. Краткая характеристика и классификация. | 1 |
| 2.5 | Аварийно химически опасные вещества. | 1 |
| 2.6 | ПМП в ЧС. | 1 |
| 2.7 | Организация работы комиссии по ЧС объекта, района (города). | 1 |

| | | |
|--------------------------------|---|----|
| 2.8 | Помощь пострадавшим. Защитные меры. | 1 |
| 2.9 | Новейшие средства защиты органов дыхания и кожи. | 1 |
| 2.10 | Радиоактивные загрязнения. | 1 |
| 2.11 | Командно – штабное, тактика – специальное и комплексные учения, объектовые тренировки, №«День защиты детей» в учебных заведениях. | 1 |
| 2.12 | Защита отечества – обязанность каждого гражданина. | 1 |
| 2.13 | Вооруженные силы России. | 1 |
| 2.14 | На службу отечеству. | 1 |
| 2.15 | Верность Воинскому долгу. | 1 |
| 2.16 | ОБЖ 1-11 классы. | 1 |
| 2.17 | Воинская обязанность и военная служба | 1 |
| 2.18 | Сборник основных и правовых актов по вопросам ГО и РСЧС. | 1 |
| 2.19 | Основы РСЧС. Приведение в готовность и защита формирований. Специальная обработка. Эвакуационные мероприятия. | 1 |
| 2.20 | Мероприятия по предупреждению и ликвидации ЧС. | 1 |
| 2.21 | Современная война и гражданская оборона. | 1 |
| 2.22 | Угрозы в современном обществе и пути их преодоления. Терроризм и его проявления. | 1 |
| 2.23 | Основные опасности и угрозы на территории России в начале XXI века. | 1 |
| 2.24 | Средства защиты органов дыхания и кожи. | 1 |
| 2.25 | Правила безопасности для взрослых и детей. | 1 |
| 3. Технические средства | | |
| 3.1 | Монитор | 1 |
| 3.2 | Системный блок | 1 |
| 3.3 | Тематические стенды | 10 |
| 3.4 | Защитный костюм Л-1 | 1 |
| 3.5 | ОЗК | 1 |
| 3.6 | Тренажер ЭРП «Максим» | 1 |
| 3.7 | Сумка санитарная | 1 |
| 3.8 | ДПГ -3 | 1 |
| 3.9 | ДП - 24 | 1 |
| 3.10 | ППМ-88 | 1 |
| 3.11 | АИ-2 | 1 |
| 3.12 | Респиратор У-2К | 1 |
| 3.13 | Респиратор лепесток | 1 |
| 3.14 | ГП-7 | 1 |
| 3.15 | ГП-7В | 1 |
| 3.16 | ИП-4М | 1 |
| 3.17 | ДП-5В | 1 |
| 3.18 | Компас | 15 |
| 3.19 | Носилки | 2 |
| 3.20 | Огнетушитель ОУ-3, ОП-5 | 2 |
| 3.21 | Видеопроектор | 1 |