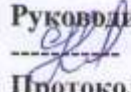


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза
Н.Д.Павлова с.Берёзовка»

«Согласовано»


Руководитель МО:

 /Константинова С.А.

Протокол № 1 от «28» 08 2020 г.

«Согласовано»

Заместитель по УВР

 /Будникова И.М./

Приказ № от «28» 08 2020 г.

«Утверждено»

Директор МБОУ «ООШ
с.Берёзовка»

/Алексушин А.М.

Приказ № от «28» 08 2020 г.



Рабочая программа по ОБЖ

Класс 5-9

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
школы, протокол № _____

2020 год

Введение

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 5 класса разработана на основе Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования. При разработке рабочей программы учитывалось содержание учебников и учебных пособий для 5-9 классов под редакцией Ю.Л. Воробьева, рекомендованных Министерством образования РФ на 2014-2015 учебный год.

Рабочая программа является типовой, определяющей базовое содержание курса по ФГОС и предназначена для общеобразовательных учреждений. В ней 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», «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан», Концепции национальной безопасности Российской Федерации.

Общая характеристика учебного предмета

Цели курса:

-безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

-понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;

-принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;

-антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;

-отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

-готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных **задач**, как:

-формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

-формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;

-выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Курс предназначен для:

-формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;

-выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;

-приобретения учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;

-формирования у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

-использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;

-выделение характерных причинно-следственных связей;

-творческое решение учебных и практических задач;

-сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;

-самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;

-использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных;

-самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;

соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;

Формы занятий, используемые при обучении ОБЖ следующие:

-учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;

-семинары и круглые столы;

-индивидуальные консультации;

-внеклассная и внешкольная работа (участие в мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

Описание места учебного предмета в базисном учебном плане

Данная рабочая программа разработана с учётом ФГОС. Следовательно, в 5 классе на изучение курса отведено 17 часов (1 час в две недели). В результате, количество времени, приходящееся на изучение тем в 5 классе, было сокращено. На изучение курса ОБЖ в 6–9 классах отводится по 34 часа в год (1 час в неделю). В связи с тем, что примерная программа по курсу ОБЖ для 5-9 классов (автор-составитель А.Т.Смирнов) рассчитана на 175 часов (35 часов в каждом классе), а у нас с учётом выше перечисленных требований выходит 153 часа, возникла необходимость разработки данной рабочей программы. В результате, количество времени, приходящееся на изучение тем в 5 классе было сокращено в 2 раза, в 6-9 классах - на 1 час с сохранением всех тем, указанных в содержании использованной авторской программы.

Кроме того, с учётом сложившейся военной обстановки в мире, в том числе в пограничных с Россией странах, появилась необходимость увеличить количество часов, отведённых на изучение раздела «Основы безопасности личности, общества», с 6 часов до 15 часов, включая ряд тем, представленных в новом учебнике для 9 класса под редакцией Ю.Л. Воробьёва, разработанном по ФГОС.

Обучение основам безопасности жизнедеятельности по данной программе предусматривает проведение практических занятий, направленных на закрепление полученных знаний и умений, а также уроков-проектов в рамках ФГОС. В 5-ом классе на приобретение практических навыков отводится 4 часов, в 6-ом классе – 6 часов, в 7-ом классе – 7 часов, в 8-ом классе – 4 часа, в 9-ом классе - 5 часов, на проведение уроков-проектов – по 2 часа в каждом классе.

Данная рабочая программа также нацелена на реализацию регионального компонента в объёме 5 часов в 5-ом классе, 6 часов в 6-ом классе, 4 часов в 7 классе, 9 часов в 8-ом классе, 4 часов в 9 классе.

Предлагаемый в данной программе объём материала является достаточным для формирования у учащихся 5-9 классов основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни и существования живого в природе в целом как величайшей ценности.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребенка социальной и образовательной среды, обеспечивающей жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Рабочая программа включает следующие разделы: пояснительную записку, учебно-тематический план, содержание учебного курса, требования к уровню подготовки обучающихся, ресурсную базу.

В программе представлены два раздела, в каждом из которых выделены образовательные линии.

Раздел 1 «Основы безопасности личности, общества и государства» включает темы: «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни», «Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях».

Раздел 2 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предусматривает изучение тем: «Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи» и «Основы здорового образа жизни».

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения
учебного курса.

Личностные результаты обучения: усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;

формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств 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, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты обучения: формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

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 образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение 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 и их последствия для личности, общества и государства;

знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

умение оказать первую помощь пострадавшим;

умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметные результаты обучения

Регулятивные УУД: *умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;*

умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Учебно-тематический план

Наименование разделов и тем

Классы

5

6

7

8

9

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и

государства

12

25

21

30

21

1

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

11

-

-

3

4

1.1

Безопасность в быту

6

-

-

-

1

1.2

Обеспечение безопасности дорожного движения

2

-

-

-

-

1.3

Правила безопасного поведения на транспорте

2

-

-

-

1

1.4

Опасные ситуации социального характера

1

-

-

-

-

2

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях

-

25

-

-

-

2.1

Подготовка к активному отдыху на природе

-

12

-

-

1

2.2

Дальний и международный туризм, меры безопасности

-

2

-

-

1

2.3

Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде

-

11

-

-

-

3

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

-

-

21

22

2

3.1

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера

-

-

21

-

1

3.2

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера

-

-

-

22

1

4

Современный комплекс проблем безопасности

1

-

-

5

7

4.1

Нарушение экологического равновесия

1

-

-

5

4.2

Национальная безопасность России в современном мире

-

-

-

-

7

5

Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

-

-

-

-

8

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

4

6

10

1

10

6

Основы здорового образа жизни

2

-

5

1

9

6.1

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

1

-

2

-

1

6.2

Факторы, укрепляющие здоровье человека

0,5

-

-

1

5

6.3

Факторы, разрушающие здоровье человека

0,5

-

2

-

3

6.4

Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности развития человека в подростковом возрасте

-

-

1

-

-

6.5

Профилактика травм в школьном возрасте

-

-

-

-

-

7

Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи

2

6

5

-

1

Контрольные работы

2

2

2

2

Обобщающие уроки

1

1

1

1

1

ВСЕГО

17

34

34

34

34

Основные виды учебной деятельности обучающихся

1) виды деятельности со словесной основой:

1. Слушание объяснений учителя.
2. Слушание и анализ выступлений своих товарищей.
3. Самостоятельная работа с учебником.
4. Работа с научно-популярной литературой;
5. Отбор и сравнение материала по нескольким источникам.
6. Написание рефератов и докладов.

7. Решение ситуационных задач.
8. Выполнение заданий по разграничению понятий.
9. Систематизация учебного материала.

2) виды деятельности на основе восприятия элементов действительности:

1. Наблюдение за демонстрациями учителя.
2. Просмотр учебных фильмов.
3. Анализ схем.
4. Объяснение наблюдаемых явлений.
5. Анализ проблемных ситуаций.

3) виды деятельности с практической (опытной) основой:

1. Решение ситуационных задач.
2. Работа с раздаточным материалом.
3. Сбор и классификация материала.
4. Разработка новых способов действий.
5. Построение гипотезы на основе анализа имеющихся данных.
6. Моделирование ситуаций

Содержание учебного курса

5 класс

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Безопасность в быту

Опасные и чрезвычайные ситуации. Особенности посёлка(города) как среды обитания. Источники и зоны повышенной опасности в посёлке(городе). Источники и зоны повышенной опасности в населённом пункте: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила поведения в зонах повышенной опасности.

Системы обеспечения безопасности населённых пунктов(милиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения и другие). Правила вызова служб безопасности. **Р.К.** Службы обеспечения безопасности Тульской области.

Источники опасности в жилище и их характеристика. Характеристика городского и сельского жилища(водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация).

Правила безопасного обращения с животными .Домашние животные и связанные с ними проблемы. Одичавшие собаки и кошки как переносчики инфекционных заболеваний.

Опасные факторы и причины пожаров. Меры пожарной безопасности в доме, школе (**Урок-проект**). Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, подъезде, на балконе, в подвале). Способы эвакуации из горящего здания. **Р.К.** Статистические сведения о пожарах в Тульской области. Отработка действий учащихся при возникновении пожара в школе (**практическое занятие**). Первичные средства пожаротушения и пользование ими. Что делать, если на человеке загорелась одежда, электроприбор, новогодняя ёлка.

Газовые приборы. Отравление бытовым газом, причины и последствия. Меры профилактики. Правила безопасности при пользовании бытовым газом. Правила безопасного поведения: при обнаружении запаха газа в квартире, в подвале, подъезде, во дворе, на улице.

Электроприборы.Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. **Р.К.** Статистические сведения поражения электрическим током по Тульской области.

Причины и последствия затопления жилища. Правила поведения при затоплении жилища.

Правила безопасности при пользовании опасными веществами и средствами бытовой химии. Действия при поражениях данными веществами. Правила хранения опасных веществ. Действие опасных веществ и средств бытовой химии на организм человека.**Р.К.** Статистические сведения об отравлениях опасными веществами на территории Тульской области.

Обеспечение безопасности дорожного движения

Современные улицы и дороги-зоны повышенной опасности. Дорожное движение и его участники. Дорога и его составные части. Средства безопасности на дороге. Общие обязанности водителя. **Р.К.** Итоги ДТП по Тульской области за прошлый год. Движение пешеходов по улицам и дорогам. Правила безопасного поведения пешеходов на дороге (**практическое занятие**). Движение колонны и групп людей. Правила безопасного поведения велосипедистов на улицах и дорогах.

Правила безопасного поведения на транспорте

Общественный и личный транспорт. Причины возникновения ДТП на данных видах транспорта. Краткая характеристика современных видов транспорта. Правила поведения в аварийных ситуациях с участием общественного и личного транспорта (пожаре, повороте, столкновении, опрокидывании, падении в воду).Метро и железнодорожный транспорт.

Морской и авиационный транспорт.Особенности состояния водоёмов в разное время года.

Правила безопасного поведения при переправе через реки, болота.

Безопасный отдых у воды. Способы самоспасения на воде. **Р.К.** Статистические сведения за последний год о происшествиях на воде в Тульской области.

Оказание помощи терпящим бедствие на льду.

Опасные ситуации социального характера

Понятие личной безопасности. Опасное время суток. Опасные и безопасные места в населённом пункте. Психологические основы самозащиты. Ситуации криминогенного характера в доме, подъезде. Ситуации криминогенного характера на улице, в толпе.

Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении взрывоопасного предмета. Правила безопасного поведения при захвате в заложники и взрыве.

Современный комплекс проблем безопасности

Нарушение экологического равновесия

Понятие об экологии. Загрязнение воды и почвы. **Р.К.** Нарушение экологического равновесия на территории Тульской области (**Урок-проект**).

Шум и самочувствие человека. **Р.К.** Источники шума в Тульской области.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи

Домашняя медицинская аптечка. Правила хранения и проверка лекарственных средств. Перевязочные и лекарственные средства. Правила приёма лекарственных средств.

Характеристика ранений. Виды и причины ранений. Оказание первой медицинской помощи пострадавшему при повреждениях некоторых видов (**практическое занятие**).

Общая характеристика кровотечений. Наружное и внутреннее кровотечение. Артериальное, венозное, капиллярное и смешанное кровотечения.

Оказание первой медицинской помощи при различных видах кровотечений (**практическое занятие**). Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Первая медицинская помощь при кровотечении из носа.

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровье человека и его составляющие. Основные критерии здоровья человека. Составляющие здорового образа жизни.

Развитие и изменение организма подростка. Физическое и нравственное взросление человека. Хронические неинфекционные заболевания: нарушение осанки, сколиоз, близорукость, нервные расстройства, патологии сердечно-сосудистой системы. Различные виды нарушений осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки. Первая медицинская помощь при отравлении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Факторы, укрепляющие здоровье человека

Личная гигиена и здоровье. Гигиенические рекомендации по уходу за кожей, зубами, волосами, глазами, ушами. Гигиена одежды.

Факторы, разрушающие здоровье человека

Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Безопасность при работе на персональном компьютере и просмотре телевизионных передач.

6 класс

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях

Подготовка к активному отдыху на природе

Опасные и экстремальные ситуации в природе, их виды и причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Возможные причины попадания человека в

условия вынужденного автономного существования в природных условиях. **Р.К.**
Экстремальные ситуации природного характера за последний год на территории Тульской области.

Правила предотвращения экстремальной ситуации в природе. Подготовка к путешествию. Сбор сведений и изучение местности. Подбор личного и группового туристического снаряжения, общие требования к нему.

Выбор и подготовка одежды и обуви. Требования к одежде и обуви. Другое необходимое снаряжение. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви.

Психическое состояние человека при автономном выживании в природных условиях. Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Способы преодоления стрессоров выживания. **Р.К.** Факторы выживания в природных условиях Тульской области. Способы борьбы со стрессом.

Правила определения направления выхода. Потеря ориентировки как наиболее частая экстремальная ситуация в природе. Последовательность действий при вынужденной автономии.

Первоочерёдные действия потерпевших бедствие при аварии транспортного средства в безлюдной местности. Варианты принятия решений.

Сигналы бедствия в условиях вынужденной автономии. Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов.

Определение направления выхода. Движение по азимуту. Понятие об ориентировании. Способы ориентирования на местности (**практическое занятие**). Ориентирование по компасу, по небесным светилам, часам, местным признакам. **Р.К.** Ориентирование по местным признакам, относящимся к Тульскому региону (**практическое занятие**).

Дальний и международный туризм, меры безопасности

Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Правила успешной акклиматизации.

Обеспечение безопасности при автономном пребывании

человека в природной среде

Сооружение временного жилища. Правила оборудования временного жилища. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время (**Урок-проект**).

Правила и способы добычи огня. Выбор места и правила разведения костра. Виды костров и их назначение. Меры пожарной безопасности.

Обеспечение пищей и водой. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении животной и растительной пищи (**Урок-проект**).

Способы добывания воды, её очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования. Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. **РК.** Источники пищи при автономии в природных условиях Тульской области.

Правила поведения при встрече с дикими животными. **Р.К.** Дикие животные Тульской области, представляющие опасность для туриста.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи

Походная аптечка первой медицинской помощи. Комплектование походной аптечки. Использование лекарственных растений.

Понятие о закрытых повреждениях. Признаки закрытых повреждений. Первая медицинская помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах. Профилактика закрытых повреждений (**практическое занятие**).

Укусы насекомых. Оказание первой медицинской помощи при укусе клеща (**практическое занятие**).

Укусы змей. Первая медицинская помощь при укусах змей.

Причины бедствий на воде. Оказание первой помощи утопающему. Основные приёмы реанимации (**практическое занятие**).

Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Обморожения.

Виды ожогов. Первая медицинская помощь при ожогах и поражении молнией.

7 класс

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях

природного характера

ЧС природного характера. Их классификация. Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера.

НАВОДНЕНИЯ

Наводнения. Понятие и классификация. **Р.К.** Поражающие факторы наводнений и мероприятия по защите от наводнений, проводимые в Тульской области.

Меры по снижению потерь от наводнений. Правила безопасного поведения о заблаговременном оповещении о наводнении, во время и после наводнения. Действия населения при угрозе и во время наводнений. Отработка действий учащихся при угрозе и во время наводнений (**практическое занятие**). Изготовление и использование самодельных подручных плавательных средств для эвакуации во время наводнения.

УРАГАНЫ, БУРИ, СМЕРЧИ

Ураганы, бури, смерчи. Понятия и классификация. Причины возникновения.

Поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей (**Урок-проект**). Меры по снижению потерь от ураганов, бурь и смерчей **Р.К.** Действия населения при угрозе возникновения и во время ураганов, бурь и смерчей в Тульской области. Отработка действий учащихся при возникновении ураганов, бурь и смерчей (**практическое занятие**).

ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

Понятие, причины возникновения и классификация землетрясений. Характеристики и последствия землетрясений. Меры по снижению потерь от землетрясений. Правила безопасного поведения во время землетрясений.

ВУЛКАНЫ

Вулканы. Характеристика Последствия и меры по уменьшению потерь от извержения вулканов. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения.

ЦУНАМИ

Понятие о цунами. Характеристика цунами и причины возникновения. Происхождение цунами. Прогнозирование. Меры по снижению потерь от цунами, во время прихода и после цунами. Действия населения при угрозе цунами.

ОБВАЛЫ, ОПОЛЗНИ, СЕЛИ

Основные понятия об обвалах, оползнях, селях. Их характеристика. Происхождение обвалов, оползней, селей, причины их возникновения и последствия. **Р.К.** Возможность возникновения оползней и селевых потоков на территории Тульской области.

Мероприятия по предупреждению и правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, во время и после схода обвалов, оползней, селей. Правила безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.

ЛЕСНЫЕ И ТОРФЯНЫЕ ПОЖАРЫ

Понятие и классификация лесных и торфяных пожаров. Причины возникновения и возможные последствия лесных и торфяных пожаров. Правила безопасного поведения во время лесных и торфяных пожаров (**Урок-проект**). **Р.К.** Профилактика лесных и торфяных пожаров в Тульской области. Отработка действий учащихся при возникновении лесных и торфяных пожаров (**практическое занятие**).

Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях

Психологические основы выживания в ЧС.

Особенности психологических процессов до, во время и после стихийных бедствий.

Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в ЧС природного характера.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи

(практические занятия)

Повязки. Общие правила наложения повязок. Понятие о кровотечениях. Способы и приёмы остановки наружного кровотечения.

Отработка практических навыков наложения повязок на руку. Отработка практических навыков наложения повязок на ногу. Правила оказания первой медицинской помощи при переломах верхних конечностей. Правила оказания первой медицинской помощи при переломах нижних конечностей. Первая помощь при отрыве конечности.

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Режим-необходимое условие ЗОЖ. Составляющие режима дня. Умственная и физическая работоспособность. Элементы режима труда и отдыха.

Причины и признаки утомления и переутомления. Их последствия для здоровья человека. Профилактика переутомления и содержание режима дня.

Факторы, разрушающие здоровье человека

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки. Профилактика вредных привычек.

Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности развития человека в подростковом возрасте

Особенности физического развития человека в подростковом возрасте. Забота о собственном организме, формирование правильного отношения к особенностям своего пола. Основы репродуктивного здоровья подростков.

8 класс

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях

техногенного характера

Промышленные аварии и катастрофы. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Понятие о потенциально опасном объекте. Обеспечение личной безопасности при техногенных авариях. **Р.К.** Статистика аварий и катастроф за прошлый год на территории Тульской области.

Общие сведения о взрыве и пожаре. **Р.К.** Пожаро- и взрывоопасные объекты Тульской области.

Классификация и характеристика пожаров. Причины и возможные последствия пожаров (**Урок-проект**). Поражающие факторы. Пожары и паника. Меры пожарной безопасности. **Р.К.** Статистика пожаров на территории Тульской области.

Понятие о взрыве. Причины и последствия взрывов. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Поражающие факторы взрыва. Действие взрыва на здания, оборудование, сооружения, человека.

Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах (**Урок-проект, практическое занятие**).

Аварии с выбросом опасных химических веществ. Виды химических аварий. Поражающее действие на организм человека.

Причины и последствия аварий на химически опасных объектах (ХОО).

Р.К. ХОО Тульской области. Правила поведения и действия населения при авариях на ХОО (**практическое занятие**). Использование населением средств индивидуальной защиты (СИЗ) при ЧС техногенного характера (**практическое занятие**).

Виды аварий на радиационно опасных объектах. Радиоактивное излучение и его воздействие на людей и животных. Радиационно опасные объекты. **Р.К.** Радиационный фон на территории Тульской области. Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС. Последствия радиационных аварий. Особенности радиоактивного заражения местности. **Р.К.** Последствия аварии на ЧАЭС на территории Тульской области. Способы защиты населения и правила поведения при радиационных авариях и радиоактивном заражении местности (**практическое занятие**).

Виды аварий на гидродинамических объектах. Причины гидродинамических аварий (ГДА) и их последствия. Классификация ГДА. Меры по уменьшению последствий ГДА. Правила безопасного поведения при ГДА.

Особенности психологических процессов в ЧС техногенного характера. Рекомендации по психологической подготовке к действиям в ЧС техногенного характера.

Оповещение и эвакуация населения при возникновении ЧС техногенного характера.

Р.К. Оповещение населения в ЧС и эвакуация населения при возникновении ЧС техногенного характера в Тульской области.

Нарушение экологического равновесия

Р.К. Антропогенные изменения в природе Тульского края. Влияние деятельности человека на окружающую среду. Понятие о ЧС экологического характера. Классификация ЧС экологического характера.

Химические загрязнения и отравления. Их воздействие на организм человека. **Р.К.** Химические загрязнения на территории Тульской области.

Шум и здоровье. Способы защиты от шума.

Из истории пищевого рациона. Современный «благополучный» рацион и болезни питания.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни

Факторы, укрепляющие здоровье человека

Закаливание организма. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма.

9 класс

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Безопасность в быту

Правила поведения при аварии на транспорте, при обрушении здания, возникновении пожара и взрыва (**практическое занятие**).

Правила поведения при возникновении опасных ситуаций в быту (**практическое занятие**).

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях

Важные мелочи. Обувь. Одежда. Рюкзак. Правила разведения костра..

Туризм, как вид активного отдыха. Акклиматизация. **Р.К.** Акклиматизация в условиях Тульской области.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера

Правила поведения во время стихийных бедствий и опасных природных явлений. **Р.К.**
Вероятность опасных природных явлений в Тульской области (**Урок-проект**).

Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера

Правила поведения при химической, радиационной, гидродинамической авариях. **Р.К.**
Возможность возникновения техногенных аварий на территории Тульской области.

Современный комплекс проблем безопасности

Национальная безопасность России в современном мире

Россия в мировом сообществе и национальная безопасность. Национальные интересы России. Основные угрозы национальным интересам России и пути обеспечения её безопасности. . Организация обороны РФ. Правовые основы обороны государства и воинской обязанности граждан.

Терроризм и безопасность человека. Международный терроризм и безопасность России.

Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

МЧС России – федеральный уполномоченный орган в сфере ГО и ЧС. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи. Законодательные, нормативные и правовые основы обеспечения безопасности. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные мероприятия ГО по защите населения от ЧС мирного и военного времени. **Р.К.**
Мероприятия ГО в Тульской области. ЧС мирного времени. Мониторинг и прогнозирование ЧС.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи

Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях

(практические занятия)

Транспортировка пострадавших. Средства транспортировки. Приёмы и правила транспортировки пострадавших на штатных и импровизированных носилках. Приёмы и правила транспортировки пострадавших с помощью подручных средств и волоком, одним человеком, двумя людьми.

Понятие о терминальном состоянии. Проведение сердечно-лёгочной реанимации. Понятие о травматическом шоке, его причины и последствия. Признаки травматического шока. Правила оказания первой медицинской помощи при травматическом шоке.

Первая медицинская помощь при острых состояниях

Оказание помощи утопающему. Первая медицинская помощь при утоплении.

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Понятие здоровья. Здоровье духовное и физическое. Критерии здоровья. Условия здорового состояния человека.

Факторы, разрушающие здоровье человека

Табакокурение и его вред. Вред от пассивного курения. Первая помощь при отравлениях табаком. Алкоголь и его вред. Первая помощь при отравлении алкоголем. Наркотики и их вред. Первая помощь при отравлении наркотиками.

Факторы, укрепляющие здоровье человека

Рациональное питание. Принцип правильного питания. Основы подбора продуктов питания (**Урок-проект**). Советы, как выбрать безопасные продукты. Гигиена одежды. Занятия физической культурой.

Требования к уровню подготовки обучающихся

по данной программе.

Раздел (модуль) 1. Основы безопасности личности, общества и государства.

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Обучающийся научится:

- классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания;
- анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия пожаров, дорожно-транспортных происшествий (ДТП);
- выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;
- формировать модель личного безопасного поведения: по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;
- негативному отношению к любым видам террористической и экстремистской деятельности;
- моделировать последовательность своих действий при угрозе террористического акта.

Обучающийся получит возможность научиться:

- прогнозировать возможность возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам;
- характеризовать роль образования в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения страны;
- проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности для защищенности личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- формировать индивидуальные основы правовой психологии для противостояния идеологии насилия;
- формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;
- формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;

Современный комплекс проблем безопасности

Обучающийся научится:

- анализировать и характеризовать причины и последствия загрязнения окружающей природной среды;

- разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций с учетом особенностей обстановки в регионе.

Обучающийся получит возможность научиться:

- использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности.

Раздел (модуль) 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Основы здорового образа жизни

Обучающийся научится:

- анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья.

Обучающийся получит возможность научиться:

- использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной физической и составляющей социальной составляющих;

Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи

Обучающийся научится:

- характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;
- характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных видах кровотечений; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях;

Обучающийся получит возможность научиться:

- готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.

Ресурсная база

1) УМК под ред. Ю.Л. Воробьёва, который включает:

- комплект учебников «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-9 класс
- комплект рабочих тетрадей по основам безопасности жизнедеятельности 5-9 класс
- комплект методических пособий для преподавателя с 5 класс (тематическое и поурочное планирование)

2) Методические пособия:

- программы для учащихся общеобразовательных учреждений по основам безопасности жизнедеятельности 5-11 классы/ В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский.-М.: Дрофа, 2006.-106 с.
- примерная программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для V - IX классов общеобразовательных учреждений/ А.Т. Смирнов.-М.: Просвещение, 2001.
- Учебно- методическое пособие, 5-11 классы: Терроризм и безопасность человека/ В.Н. Латчук, С.К. Миронов.-М.: Дрофа, 2005.-76 с.
- Михайлов А.А. Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5-9 классы.-М.: Дрофа, 2005.-80 с.

3) Периодические издания:

- журнал «Основы безопасности жизни»
- газета «Добрая дорога детства»

4) Технические средства обучения

- Ноутбук
- Мультимедиапроектор
- Экран настенный

5) Наглядные и мультимедийные пособия :

Стенды, плакаты

- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
- Безопасность на улицах и дорогах
- Криминогенные ситуации
- Землетрясения, оползни, сели, обвалы, ураганы, бури, смерчи
- Правила поведения при землетрясениях
- Пожары, взрывы
- Наводнения и затопления
- Правила оказания первой помощи
- Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации
- Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта
- Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации
- Дорожные знаки
- Пожарная безопасность
- Безопасность в быту
- Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях
- Активный отдых на природе
- Опасные ситуации в природных условиях
- Безопасность на воде
- Классификация чрезвычайных ситуаций по характеру источника возникновения
- Классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по масштабу их распространения и тяжести последствий
- Правила безопасного поведения при землетрясении
- Правила безопасного поведения при наводнении
- Правила безопасного поведения при аварии на радиационно опасном объекте
- Правила безопасного поведения при аварии на химически опасном объекте
- Первая помощь при массовых поражениях
- Правила транспортировки пострадавших
- Безопасность дорожного движения
- Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

Учебные видеофильмы на цифровых носителях

- Действия учащихся по сигналам ГО

- Средства индивидуальной защиты
- Средства коллективной защиты (убежища, укрытия, порядок устройства простейшего укрытия)
- Гидродинамические аварии
- Автономное существование человека в природных условиях
- Оползни, сели, обвалы
- Ураганы, бури, смерчи
- Наводнения
- Лесные и торфяные пожары
- Безопасность на улицах и дорогах
- Безопасность на воде
- Безопасность на природе
- Правила безопасного поведения в быту
- Поведение при ситуации криминогенного характера
- Правила безопасного поведения при землетрясениях
- Правила поведения при угрозе возникновения

Макеты, муляжи, модели

- Средства индивидуальной защиты
- Аптечка, средства оказания первой медицинской помощи
- Компас
- Тренажёр «Максим»
- Противогаз
- Бинты
- Шина фанерная
- Жгут кровоостанавливающий эластичный

б) Нормативная и правовая литература:

- Конституция Российской Федерации
- Уголовный кодекс РФ
- Федеральный закон «О гражданской обороне»
- Закон «Об образовании»
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»

7) Электронные образовательные ресурсы

- <http://prezentacii.com/obzh/>
- <http://ppt4web.ru/obzh>
- <http://www.uchportal.ru/load/82>
- <http://pwpt.ru/presentation/obzh/>
- <http://presentaci.ru/prezentacii-po-obzh/>
- <http://prezented.ru/obzh/>

- <http://pedsovet.su/load/151>
- <http://volna.org/obzh/>
- <http://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library/2013/01/17/prezentatsii-k-urokam-obzh-dlya-9>
- <http://teachpro.ru/Course/OBJSupplies11>

Список литературы

1. Концепция образования по “Основам безопасности жизнедеятельности”// Основы безопасности жизни. – 2003. - №3. – С. 23–30, №8. – С. 50–53.

2. Методические рекомендации по оборудованию кабинета (класса) ОБЖ в общеобразовательных учреждениях / Н.А. Крючек, С.К. Миронов, Б.И. Мишин. – М.: Дрофа, 2003. – 80 с.

3. Методика преподавания курса “Основы безопасности жизнедеятельности” в общеобразовательных учреждениях: книга для учителя / И.К. Топоров.– М.: Просвещение, 2000. – 96 с.

4. Михайлов А.А. Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5-9 классы.-М.: Дрофа, 2005.-80 с.

5. ОБЖ: 5-й кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений ФГОС/ М.П. Фролов, В.П. Шолох, М.В.Юрьева, Б.И. Мишин., под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2012 – 174 с.

6. ОБЖ: 6-й кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений ФГОС/ М.П. Фролов, В.П. Шолох, М.В.Юрьева, Б.И. Мишин., под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2012 – 190 с.

7. ОБЖ: 7-й кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений ФГОС/ М.П. Фролов, В.П. Шолох, М.В.Юрьева, под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2012 – 143 с.

8.ОБЖ: 8-й кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений ФГОС/ М.П. Фролов, В.П. Шолох, М.В.Юрьева, под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2012 – 175 с.

9.ОБЖ: 9-й кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений ФГОС/ М.П. Фролов, В.П. Шолох, М.В.Юрьева , под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2012 – 222 с.

10.Примерная программа по основам безопасности жизнедеятельности для 5-9 классов
А.Т. Смирнов// Основы безопасности жизни. – 2004. - №4. – С. 20–24.

11.Программно-методические материалы: Основы безопасности жизнедеятельности/ Сост. Б.И. Мишин.- 2 изд.- М. Дрофа, 1999. 128 с.

12. Программы для учащихся общеобразовательных учреждений по основам безопасности жизнедеятельности 5-11 классы/В.Н.Латчук, С.К.Миронов, С.Н. Вангородский.-М.:Дрофа, 2006.-106 с.;

13. Теория, методика преподавания основ безопасности жизнедеятельности / В.В. Марков. – М.: Академия, 2004. – 384 с.

14.Учебно- методическое пособие,5-11 классы: Терроризм и безопасность человека/В.Н. Латчук, С.К. Миронов.-М.:Дрофа,2005.-76 с.

