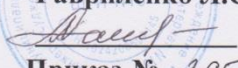


Принята
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «15» августа 2016

Утверждаю
Директор МКОУ
«Ш-И № 18 »
Гавриленко Л.С.

Приказ № 395
от «01» 09 2016 г.

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для учащихся, воспитанников
5б, 6б, 8в, 9, 11 специального класса

Составитель
Худякова И.И.,
учитель ОБЖ

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Основное содержание программы.....	5
3. Учебно-тематическое планирование	6
4. Учебно-методический комплекс.....	7

I. Пояснительная записка

Статус документа	Данная адаптированная рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования на основании примерной программы по Основам безопасности жизнедеятельности для 5-11 классов, программно-методических материалов «Основы безопасности жизнедеятельности» 1-11 классы, М.: Дрофа, 2008 и учебников по Основам безопасности жизнедеятельности.
Особенности учащихся, воспитанников	Данная рабочая программа разработана для учащихся, воспитанников 5 «б», 6 «б», 8 «в», 9, 11 специального класса (I вида), (для глухих, имеющих умственную отсталость)
Образовательная область	Окружающая жизнь
Основные положения	Изучение предмета основы жизнедеятельности позволяет обучающимся получить систематизированное представление о личном здоровье, здоровом образе жизни, здоровье населения, об опасностях, о прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей. Учебные вопросы распределяются с учетом возрастных и психологических особенностей обучающихся и уровня их подготовки по другим основным образовательным программам. Преподавание основ безопасности жизнедеятельности на каждой ступени имеет свои особенности. На второй ступени общеобразовательной школы (5—9 классы) завершается формирование у обучающихся основных понятий безопасности жизнедеятельности. Обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни; чрезвычайных ситуациях локального характера, их последствиях и правилах безопасного поведения; о безопасности на дорогах; о терроризме; о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. На этой стадии обучения большое значение придается формированию у обучающихся здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим. Рабочая программа учитывает особенности познавательной деятельности глухих детей, имеющих умственную отсталость. Основы безопасности жизнедеятельности в школе для глухих детей с нарушением интеллекта рассматривается как обязательные по выбору занятия, в который заложено изучение исторического материала, овладение знаниями и умениями, коррекционное воздействие изучаемого материала на личность ученика, формирование личностных качеств гражданина, подготовка подростка с нарушением интеллекта к жизни. Адаптированная рабочая программа предлагает собственный подход к структурированию учебного материала в рамках основных тематических блоков, установленных программой, определения последовательности изучения этого материала, путей формирования системы знаний, умений и способов деятельности, развития и социализации глухих учащихся. Данная программа направлена на всестороннее развитие личности воспитанника, способствует его

	умственному развитию, обеспечивает гражданское, эстетическое, нравственное воспитание.
Цели предмета	• овладение знаниями о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций, влиянии их последствий на безопасность личности, общества, государства; • формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, здорового образа жизни, индивидуальной системы защищенности жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз и умения оказать первую помощь при неотложных состояниях; • формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников, в том числе из Интернета; • освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, формирование умений принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; • формирование анти экстремистского и антитеррористического поведения. Коррекционные цели: • совершенствование произносительных навыков и развитие слухового восприятия; • развитие умения сравнивать, обобщать, анализировать, устанавливать причинно-следственные связи, делать выводы;
Задачи предмета	• формировать у обучающихся, воспитанников современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности; • формировать индивидуальную систему здорового образа жизни; • вырабатывать у обучающихся, воспитанников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению. Понятийная база и содержание курса ОБЖ основаны на положениях федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов в области безопасности личности, общества и государства.
Коррекционная направленность курса	Индивидуальный подход к учащимся, воспитанникам в сочетании с широким использованием коллективных и групповых форм работы; • насыщение учебного процесса активными формами деятельности (как речевой, так и наглядно – практической); • формирование речевого поведения; • работа над речью в связи с формированием новых исторических понятий и терминов; • усиление работы над обобщениями, как средство повышения качества усвоения знаний, умений, умственного развития учащихся, воспитанников; • социализация в общество.
Место предмета в учебном плане	В учебном плане МКОУ «Ш-И № 18» на предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» выделены часы из обязательных по выбору занятий в 5б, 6б, 8в, 9 , 11 классе из расчета 1 ч в неделю для каждой параллели (всего 170 часов)
Изменения,	В МКОУ «Ш-И №18» по учебному предмету «Основы

которые внесены в рабочую программу	безопасности жизнедеятельности» с учетом психофизических особенностей учащихся, воспитанников с нарушениями слуха, со сложностью и большим объемом учебного материала увеличен срок обучения.
Реализация национально-регионального компонента	Включение регионального компонента в образовательный процесс - призвано помочь учащимся, воспитанникам изучать события Кузбасса, определять важнейшие тенденции развития нашего региона.
Используемые технологии, методы и формы работы	В целях активизации познавательной деятельности учащихся, воспитанников используются следующие методы: 1) по технологическому обеспечению урока: объяснительно–иллюстративный, частично–поисковый, метод проблемного изложения изучаемого материала; 2) по функциональному обеспечению урока: методы устного изложения знаний учителем, методы закрепления изучаемого материала, методы самостоятельной работы учащихся, воспитанников по осмыслению и усвоению нового материала, методы учебной работы по применению знаний на практике и выработке умений и навыков, методы проверки и оценки знаний, умений и навыков; 3) по источникам познания – словесный, наглядный, практический; 4) по формированию структуры личности – методы формирования познания, методы формирования поведения, методы формирования чувств. Формы организации учебного процесса: коллективная; групповая; индивидуальная. Возможные педагогические технологии: личностно – ориентированная, здоровьесберегающая, информационно – коммуникативная
Межпредметные связи, преемственность	Межпредметная интеграция и связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами как «Биология», «Информатика», «Обществознание», «Физика», «Химия», «Экология», «Экономическая и социальная география», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.
Требования к уровню подготовки учащихся по окончании учебного года	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 посадке 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 посадке 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 8 класса учащиеся должны знать: Знать/понимать • основы здорового образа жизни; • факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; • вредные привычки и их профилактику; • правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера; • способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия. Уметь:
--	---

	• действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания; • соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему; • оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях; • пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты; • вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей; • действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения. • Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: • обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах; • соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте; • пользования бытовыми приборами и инструментами; • проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта; • обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи К концу 9, 11 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
--	--

II. Содержание тем учебного предмета

5 класс

Раздел: Основы здорового образа жизни (5ч)

Здоровый образ жизни и его составляющие

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни (2 ч)

Здоровье человека и его составляющие. Основные критерии здоровья человека. Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Составляющие здорового образа жизни.

Развитие и изменение организма подростков. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Различные виды нарушения осанки и причины и их возникновения. Профилактика этих нарушений осанки. Изменения в характере подростков, которые связаны с их физиологическим созреванием.

Факторы, укрепляющие здоровье человека (2 ч)

Личная гигиена и здоровье. Основные понятия личной гигиены. Гигиенические рекомендации по уходу за кожей, зубами, волосами, глазами, ушами. Гигиена одежды; гигиенические требования к одежде, головным уборам, обуви.

Профилактика травм в школьном возрасте (1 ч)

Бытовой травматизм и его профилактика. Понятие о бытовом травматизме и его причины.

Опасные предметы домашней обстановки. Опасность окон и подоконников.

Предотвращение травматизма в ванной комнате, туалете и на кухне.

Раздел: Основы комплексной безопасности (25 ч)

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (10ч)

Опасные и экстремальные ситуации в природе и их причины. Понятие опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях (авария транспортного средства в малонаселенной местности; заблудились в лесу (горах, степи), отстали от группы в турпоходе и др.).

Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортного средства в безлюдной местности. Варианты принятия решений: уход с места происшествия; ожидание помощи на месте происшествия.

Правила предотвращения экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к путешествию (походу) — важный этап обеспечения безопасности. Сбор сведений и изучение местности. Подбор личного и группового туристского снаряжения, общие требования к нему. Организация выполнения правил безопасного поведения на природе. Выбор и подготовка одежды и обуви. Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью в условиях природной среды. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви. Особенности пользования одеждой и обувью в зимнее время.

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях (11ч)

Психологические основы выживания в природных условиях. Психическое состояние человека при автономном выживании в природных условиях. Понятие о факторах и стрессорах выживания в природных условиях; их влияние на организм человека. Способы преодоления стрессоров выживания. Преодоление страха и стрессового состояния.

Правила определения направления выхода. Потеря ориентировки как наиболее частая экстремальная ситуация в природе. Определение направлений выхода в ситуации, когда человек заблудился. Определение направления выхода в случае отставания от группы.

Сохранение направления движения. Движение по азимуту. Способы переправы через реку и преодоления болот. Особенности определения направления выхода в зимнее время.

Понятие об ориентировании. Способы ориентирования на местности. Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам, по местным предметам и приметам.

Правила оборудования временного жилища. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время. Особенности укрытий в горах. Правила и способы добывания огня. Выбор места и правила разведения костра. Особенности разведения костра в ненастную погоду и в зимнее время. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение.

Обеспечение водой и питанием. Обеспечение питанием из резервов природы. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении животной и растительной пищи. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования. Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре рыбы и мелких животных.

Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий.

Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Смена климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.

Особенности состояния водоемов в разное время года. Правила безопасного поведения на водоемах летом. Правила безопасного поведения на водоемах зимой. Правила переправы по льду водоемов.

Помощь терпящим бедствие на воде и на льду. Способы самоспасения на воде. Оказание помощи терпящим бедствие на льду. Действия оказавшегося в воде (провалившегося под лед). Основные и подручные спасательные средства на воде. Правила пользования спасательным кругом. Подручные спасательные средства.

Правила дорожного движения (4ч)

Основные части дороги- проезжая часть, мостовая, обочина, велосипедная дорожка,

пешеходная дорожка. Передвижение по дорогам. Улица(дорога проходящая через населённый пункт), пешеходы. Линии дорожной разметки, тротуар, пешеходный переход, двухстороннее движение, островки безопасности.

Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 ч)

Первая помощь и правила ее оказания (4ч)

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

Понятие о закрытых повреждениях. Признаки закрытых повреждений. Первая медицинская помощь при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах. Профилактика закрытых повреждений.

6 класс

Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (6ч)

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях (6 ч)

Первая медицинская помощь при укусах змей и насекомых. Признаки укуса змеи.

Оказание первой медицинской помощи пострадавшему, укушенному змеей. Признаки укуса насекомых. Оказание первой медицинской помощи при укусах насекомых. Признаки укуса клеща. Оказание первой медицинской помощи при укусе клеща. Клещевой энцефалит. Как уберечься от энцефалита.

Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, солнечном ожоге.

Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе. Признаки солнечного ожога. Оказание первой медицинской помощи при солнечном ожоге.

Причины бедствий на воде. Оказание первой медицинской помощи в таких случаях.

Раздел: Основы здорового образа жизни (7ч)

Факторы, укрепляющие здоровье человека (3 ч)

Рациональное питание в жизнедеятельности человека. Понятие о рациональном питании.

Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Значение органических (белков, жиров и углеводов) и неорганических (витаминов, минеральных веществ и воды) веществ в питании человека. Рациональное, сбалансированное и калорийное питание. Режим питания. Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию.

Факторы, разрушающие здоровье человека (2 ч)

Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей.

Профилактика табакокурения.

Профилактика травм в школьном возрасте (2 ч)

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

Раздел: Основы комплексной безопасности (22ч)

Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного характера (16 ч)

Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.

Понятие о землетрясении, характеристика и происхождение землетрясений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от землетрясений. Правила безопасного поведения во время и после землетрясения.

Понятие об извержении вулкана, характеристика извержений. Причины извержения вулканов и их последствия. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения.

Понятие об оползнях, селях, обвалах, лавинах, их характеристика. Происхождение оползней, селей, обвалов, лавин, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины.

Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, лавины, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.

Понятие об урагане, буре, смерче и их характеристика. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после урагана, бури, смерча.

Понятие о наводнении, характеристика наводнений. Происхождение наводнений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении, во время и после наводнения. Изготовление и использование самодельных подручных плавательных средств для эвакуации во время наводнения.

Понятие о цунами, характеристика цунами. Происхождение цунами, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Происхождение природных пожаров, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от природных пожаров. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров. Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушение пожара в лесу.

Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях (3 ч)

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

Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

Правила дорожного движения (3ч)

Пешеход на проезжей части.

8 класс

Раздел: Защита населения российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (3ч)

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций (3 ч)

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях природного характера. Речевая информация, передаваемая по радиотрансляционной сети, радиоприемникам, телевидению о чрезвычайных ситуациях природного характера. Эвакуация населения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного характера. Обязанности и правила поведения граждан при эвакуации.

Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (11ч)

Оказание первой помощи (8 ч)

Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях. Понятие о кровотечениях, их классификация и характеристика. Способы и приемы остановки наружного кровотечения путем пальцевого прижатия артерий, наложения давящей повязки, наложения жгута и жгута-закрутки, максимального сгибания конечности, придания приподнятого положения поврежденной конечности.

Разновидности повязок и их характеристика. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, на голову, грудь, область живота.

Первая помощь при неотложных состояниях (3ч)

Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой медицинской помощи при обморожениях.

Переохлаждение организма. Оказание первой медицинской помощи при переохлаждении.

Основы здорового образа жизни (7ч)

Факторы, укрепляющие здоровье человека (4 ч)

Режим труда и отдыха — необходимое условие здорового образа жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья. Составляющие режима дня и их характеристика.

Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Элементы режима труда и отдыха. Трудовая деятельность школьников. Активный отдых. Сон и рациональное питание. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека. Профилактика утомления и переутомления. Факторы, разрушающие здоровье человека (3 ч) Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Профилактика употребления алкогольных напитков.

Раздел: Основы комплексной безопасности (14ч)

Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (11ч)
Промышленные аварии и катастрофы. Понятие об аварии, производственной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Понятие о потенциально опасном объекте. Обеспечение личной безопасности при техногенных авариях. Пожары и взрывы, пожаро- и взрывоопасные объекты. Классификация аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах. Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Классификация и характеристика пожаров, их причины и последствия. Процесс горения и его условия. Группы возгораемости веществ и материалов. Стадии развития пожара. Условия, способствующие распространению пожаров. Пожары и паника. Правила безопасного поведения при пожарах. Понятие о взрыве. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Основные поражающие факторы взрыва. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование. Действие взрыва на человека. Правила безопасного поведения при взрывах. Промышленные аварии с выбросом опасных химических веществ. Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Аварийно химически опасные вещества (АХОВ), их характеристика и поражающие факторы. Классификация аварий с выбросом АХОВ. Причины химических аварий и их возможные последствия. Понятие об очаге химического поражения и зонах химического заражения, их характеристика. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом опасного химического вещества. Основные способы защиты населения и правила безопасного поведения при авариях на железнодорожных и автомобильных магистралях при перевозке опасных грузов. Гидродинамические аварии, их причины и последствия. Поражающие факторы гидродинамических аварий. Классификация гидродинамических аварий. Гидродинамические опасные объекты. Понятие о зоне затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамических опасных объектах. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамических опасных объектах. Транспортные аварии. Правила поведения на железнодорожном транспорте. Характеристика железнодорожного транспорта. Наиболее безопасные места в вагоне поезда. Правила безопасности во время поездки. Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде; при сильном задымлении. Правила безопасного поведения на водном транспорте. Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Действия пассажиров при объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна. Что делать, если человек упал за борт судна.

Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Характеристика авиационного транспорта. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при декомпрессии (разгерметизации салона), при пожаре в самолете, при вынужденной (аварийной) посадке на воду.

Правила дорожного движения (3ч)

Как мы знаем ПДД. Светофоры для пешеходов. Правила перевозки пассажиров на мотоцикле и мотороллере.

9 класс

Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (6ч)

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях (6 ч)

Первая медицинская помощь при укусах змей и насекомых. Признаки укуса змеи.

Оказание первой медицинской помощи пострадавшему, укушенному змеей. Признаки укуса насекомых. Оказание первой медицинской помощи при укусах насекомых. Признаки укуса клеща. Оказание первой медицинской помощи при укусе клеща. Клещевой энцефалит. Как уберечься от энцефалита.

Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, солнечном ожоге.

Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе. Признаки солнечного ожога. Оказание первой медицинской помощи при солнечном ожоге.

Причины бедствий на воде. Оказание первой медицинской помощи в таких случаях.

Раздел: Основы здорового образа жизни (7ч)

Факторы, укрепляющие здоровье человека (3 ч)

Рациональное питание в жизнедеятельности человека. Понятие о рациональном питании.

Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Значение органических (белков, жиров и углеводов) и неорганических (витаминов, минеральных веществ и воды) веществ в питании человека. Рациональное, сбалансированное и калорийное питание. Режим питания. Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию.

Факторы, разрушающие здоровье человека (2 ч)

Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей.

Профилактика табакокурения.

Профилактика травм в школьном возрасте (2 ч)

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

Раздел: Основы комплексной безопасности (22ч)

Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного характера (17 ч)

Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.

Понятие о землетрясении, характеристика и происхождение землетрясений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от землетрясений. Правила безопасного поведения во время и после землетрясения.

Понятие об извержении вулкана, характеристика извержений. Причины извержения вулканов и их последствия. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения.

Понятие об оползнях, селях, обвалах, лавинах, их характеристика. Происхождение оползней, селей, обвалов, лавин, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины.

Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, лавины, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.

Понятие об урагане, буре, смерче и их характеристика. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после урагана, бури, смерча.

Понятие о наводнении, характеристика наводнений. Происхождение наводнений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении, во

время и после наводнения. Изготовление и использование самодельных подручных плавательных средств для эвакуации во время наводнения.

Понятие о цунами, характеристика цунами. Происхождение цунами, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Происхождение природных пожаров, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от природных пожаров. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров. Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушение пожара в лесу.

Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях (3 ч)

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

Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

Правила дорожного движения (2ч)

Пассажиром быть не просто. Движение пешеходов индивидуально, группами и в колоннах. Правила поведения участников дорожного движения. Дорожная этика.

11 класс

Раздел: Защита населения российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (3ч)

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций (3 ч)

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях природного характера. Речевая информация, передаваемая по радиотрансляционной сети, радиоприемникам, телевидению о чрезвычайных ситуациях природного характера. Эвакуация населения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного характера. Обязанности и правила поведения граждан при эвакуации.

Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (11ч)

Оказание первой помощи (8 ч)

Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях. Понятие о кровотечениях, их классификация и характеристика. Способы и приемы остановки наружного кровотечения

путем пальцевого прижатия артерий, наложения давящей повязки, наложения жгута и жгута-закрутки, максимального сгибания конечности, придания приподнятого положения поврежденной конечности.

Разновидности повязок и их характеристика. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, на голову, грудь, область живота.

Первая помощь при неотложных состояниях (3ч)

Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой медицинской помощи при обморожениях.

Переохлаждение организма. Оказание первой медицинской помощи при переохлаждении.

Основы здорового образа жизни (7ч)

Факторы, укрепляющие здоровье человека (4 ч)

Режим труда и отдыха — необходимое условие здорового образа жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья. Составляющие режима дня и их характеристика.

Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Элементы режима труда и отдыха.

Трудовая деятельность школьников. Активный отдых. Сон и рациональное питание.

Основные принципы и содержание режима дня подростков.

Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

Профилактика утомления и переутомления.

Факторы, разрушающие здоровье человека (3 ч)

Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Профилактика употребления алкогольных напитков.

Раздел: Основы комплексной безопасности (13ч)

Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (11ч)
 Промышленные аварии и катастрофы. Понятие об аварии, производственной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Понятие о потенциально опасном объекте. Обеспечение личной безопасности при техногенных авариях.
 Пожары и взрывы, пожаро- и взрывоопасные объекты. Классификация аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.
 Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Классификация и характеристика пожаров, их причины и последствия. Процесс горения и его условия. Группы возгораемости веществ и материалов. Стадии развития пожара. Условия, способствующие распространению пожаров. Пожары и паника. Правила безопасного поведения при пожарах. Понятие о взрыве. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Основные поражающие факторы взрыва. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование. Действие взрыва на человека. Правила безопасного поведения при взрывах.
 Промышленные аварии с выбросом опасных химических веществ. Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Аварийно химически опасные вещества (АХОВ), их характеристика и поражающие факторы. Классификация аварий с выбросом АХОВ. Причины химических аварий и их возможные последствия. Понятие об очаге химического поражения и зонах химического заражения, их характеристика. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом опасного химического вещества. Основные способы защиты населения и правила безопасного поведения при авариях на железнодорожных и автомобильных магистралях при перевозке опасных грузов.
 Гидродинамические аварии, их причины и последствия. Поражающие факторы гидродинамических аварий. Классификация гидродинамических аварий.
 Гидродинамические опасные объекты. Понятие о зоне затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамических опасных объектах. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамических опасных объектах.
 Транспортные аварии. Правила поведения на железнодорожном транспорте. Характеристика железнодорожного транспорта. Наиболее безопасные места в вагоне поезда. Правила безопасности во время поездки. Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде; при сильном задымлении.
 Правила безопасного поведения на водном транспорте. Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Действия пассажиров при объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна. Что делать, если человек упал за борт судна.
 Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Характеристика авиационного транспорта. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при декомпрессии (разгерметизации салона), при пожаре в самолете, при вынужденной (аварийной) посадке на воду.
 Правила дорожного движения (2ч)

Сигналы светофора с дополнительной секцией. Ответственность за приведение в негодность транспортных средств и нарушение ПДД.

III. Учебно-тематическое планирование

У класс

№ п/п	Наименование разделов (темы)	Всего часов	К/ точки
1	Основы здорового образа жизни	5	
1.	Здоровый образ жизни и его составляющие	2	

2.	Факторы, укрепляющие здоровье человека	2	тест
3	Профилактика травм в школьном возрасте	1	
	Основы комплексной безопасности	25	
1.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	10	
2.	Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях	11	
3	Правила дорожного движения	4	тест
	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	4	
1.	Первая помощь и правила ее оказания	4	П/работа
	Всего	34	

**Тематический план VI класс
(34 часа)**

№ п/п	Наименование разделов (темы)	Всего часов	К/ точки
1	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	6	
2	Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях	6	
1.	Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях	4	тест
2.	Первая помощь при неотложных состояниях	2	
3	Основы здорового образа жизни	7	
1.	Факторы, укрепляющие здоровье	3	
2.	Факторы, разрушающие здоровье	2	
3.	Профилактика травм в школьном возрасте	2	тест
4	Основы комплексной безопасности	21	
1.	Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного характера	15	
2.	Психологические аспекты выживания в опасных и ЧС	3	
3.	Правила дорожного движения	3	тест
	Всего	34	

**Тематический план VIII класс
(34 часа)**

№ п/п	Наименование разделов (темы)	Всего часов	К/ точки
1	Защита населения российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	3	
1.	Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций	3	тест
	Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	11	
1.	Оказание первой помощи	8	
2.	Первая помощь при неотложных состояниях	3	тест
	Раздел 4. Основы здорового образа жизни	7	
1.	Факторы, укрепляющие здоровье	4	
2.	Факторы, разрушающие здоровье	3	тест
	Раздел 1. Основы комплексной безопасности	13	

1.	Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера	19	
2.	Правила дорожного движения	3	
	Всего	34	

Тематический план IX класс

(34 часа)

№ п/п	Наименование разделов (темы)	Всего часов	К/ точки
1	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	6	
1	Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях	4	
2.	Первая помощь при неотложных состояниях	2	тест
2	Основы здорового образа жизни	7	
1.	Факторы, укрепляющие здоровье	3	
2.	Факторы, разрушающие здоровье	2	тест
3.	Профилактика травм в школьном возрасте	2	
3	Основы комплексной безопасности	21	
1	Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного характера	18	
2.	Психологические аспекты выживания в опасных и ЧС	1	
3	Правила дорожного движения	2	тест
	Всего	34	

Тематический план XI класс

(34 часов)

№	Название разделов (темы)		
1	Защита населения российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	3	
1.	Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций	3	
2	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	11	
1.	Оказание первой помощи	8	
2.	Первая помощь при неотложных состояниях	3	тест
3	Основы здорового образа жизни	7	
1.	Факторы, укрепляющие здоровье	4	
2.	Факторы, разрушающие здоровье	3	тест
4	Основы комплексной безопасности	13	
1.	Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера	11	
2	Правила дорожного движения	2	тест
	Всего	34	

IV. Учебно-методический комплекс

Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / В. В. Поляков, М. М. Кузнецов, В. В. Марков, В.Н. Латчук. — М.: Дрофа, 2009.

Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /А.Г. Маслов, В. В. Марков, В. Н. Латчук, М. И. Кузнецов. — М.: Дрофа, 2008.

Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В.В. Марков. — М.: Дрофа, 2008.

Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /С.Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков. — М.: Дрофа, 2008.

Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков. — М.: Дрофа, 2009.

Латчук В.Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н. Программы для учащихся общеобразовательных учреждений Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы.

Латчук В.Н., Марков В.В., Маслов А.Г. Методические пособия по ОБЖ 6- 9 классы.

Латчук В. Н., Миронов С. К., Мишин Б. И. Основы безопасности жизнедеятельности.

Планирование и организация занятий в школе. 5—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2004.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2005.

Михайлов А. А. Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5—9 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2005.

Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / В. В. Поляков, М. М. Кузнецов, В. В. Марков, В.Н. Латчук. — М.: Дрофа, 2009.

Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /А.Г. Маслов, В. В. Марков, В. Н. Латчук, М. И. Кузнецов. — М.: Дрофа, 2008.

Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В.В. Марков. — М.: Дрофа, 2008.

Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /С.Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков. — М.: Дрофа, 2008.

Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков. — М.: Дрофа, 2009.

Латчук В.Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н. Программы для учащихся общеобразовательных учреждений Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы.

Латчук В.Н., Марков В.В., Маслов А.Г. Методические пособия по ОБЖ 6- 9 классы.

Латчук В. Н., Миронов С. К., Мишин Б. И. Основы безопасности жизнедеятельности.

Планирование и организация занятий в школе. 5—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2004.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2005.

Михайлов А. А. Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5—9 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2005.

Соловьев С. С. Основы безопасности жизнедеятельности. Тесты. 5—11 классы. — М.: Дрофа, 2003.

Попова В.П. Школьный курс ОБЖ в тестах, играх, кроссвордах и заданиях с картинками. 5 – 8 классы.- Волгоград: Учитель, 2005. – 120 с.

Плакаты:

Действия населения при авариях и катастрофах (комплект плакатов № 1).

Действия населения при стихийных бедствиях (комплект плакатов № 2).

Умей действовать при пожаре (комплект плакатов № 4).
Первая медицинская помощь при ЧС (комплект плакатов № 5).
Терроризм – угроза обществу (комплект плакатов).
Действия населения в ЧС природного характера (комплект плакатов).
Терроризм – угроза личности, обществу, государству (комплект из 11 плакатов).
Уголок гражданской защиты (комплект из 10 плакатов).
Детям о правилах пожарной безопасности (2 комплекта плакатов).
Опасные ситуации: землетрясение.
Правила оказания первой медицинской помощи (комплект из 15 плакатов).
Электронные учебные издания:
Электронная энциклопедия ОБЖ для детей и подростков». Москва: «ИДДК», 2008.
Электронное пособие «Правила дорожного движения». Волгоград: Издательство «Учитель», 2012.
CD диск «Нескучные уроки. ПДД для детей» Москва: ЗАО «Бука», 2008.
CD диск «Правила дорожного движения для школьников». Москва: «Акелла», 2008.
Электронное пособие для проведения занятий по курсу ОБЖ в начальной школе «Чрезвычайные приключения Юли и Ромы» в 2 ч. Рязань: «Премьер студия», 2008.
Электронное видеопособие «Сам себе МЧС», Рязань: видеостудия МЧС России, «Премьер-УчФильм», 2008.