Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Байбекская средняя общеобразовательная школа имени Абая Кунанбаева»

Рассмотрено
на заседании
педагогического совета
Протокол№_1
от«_31_»__08_____2026г.

Согласовано
Заместитель директора по УВР
_____Жакяева Д.Р.
«_31_»__08_____2026г.

Утверждено
Директор школы
_____Адельбаева Л.С.
Приказ№_572_
от«_31_»__08_____2026г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

элективного курса « Основы безопасности жизнедеятельности»
для 5, 6, 7 классов основного общего образования
на 2026-2027 г

Рабочую программу составила
учитель Досмухамедова А. Р.

Байбек- 2026

1. Планируемые результаты освоения элективного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Личностные результаты

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа).

2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как

конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).

6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

8. Развитость эстетического сознания через эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира.

9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

Метапредметные результаты

1. Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные

понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные)

Условием формирования межпредметных понятий, например, таких как система, факт, закономерность, феномен, анализ, синтез является овладение обучающимися основами читательской компетенции, приобретение навыков работы с информацией, участие в проектной деятельности.

2. Обучающиеся овладеют навыками:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;
- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое свёртывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий — концептуальных диаграмм, опорных конспектов);
- заполнять и дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

3. В ходе изучения учебного предмета обучающиеся приобретут опыт проектной деятельности, как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне

овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства, принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределённости. Они получат возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

Предметные результаты

5 класс

Выпускник научится

- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;

- оказывать первую помощь при наружном кровотечении;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок.

Выпускник получит возможность научиться

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- использовать способы профилактики игромании;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- анализировать состояние своего здоровья;
- усваивать приемы действий в различных опасных ситуациях.

6 класс

Выпускник научится

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях;
- сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при обморожениях;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых;

- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства

Выпускник получит возможность научиться

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- выявлять факторы, потенциально опасные для здоровья;
- анализировать состояние своего здоровья;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности.

7 класс

Выпускник научится

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций геологического происхождения;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае в чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций биологического происхождения;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации

Выпускник получит возможность научиться

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать последствия проявления терроризма;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- анализировать состояние своего здоровья;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности*;*
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности.

2. Содержание элективного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

5 класс

(34ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и государства. Основы комплексной безопасности. Личная безопасность в повседневной жизни.

Введение. Значение и задачи курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

1. Безопасность, опасная и экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, виды чрезвычайных ситуаций (техногенная, социальная, природная). Понимание
необходимости и важности обеспечения личной и общественной безопасности.

2. Понятие «правило безопасного поведения». Понимание важности соблюдения правил безопасности в повседневной жизни. Понимание последствий невыполнения
правил безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни. Возможность прогноза возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций. Способы выявления признаков опасностей.

Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности.

Службы, защищающие население: полиция, пожарная охрана, скорая медицинская помощь, аварийная газовая служба, спасатели (МЧС), поисково-спасательная
служба (ПСС). Телефоны специальных служб защиты населения: «01», «02», «03», «04». Система вызова экстренных служб по единому номеру «112». Оповещение населения, виды сигналов оповещения.

Опасные ситуации в повседневной жизни. Особенности жизни в городе и других населенных пунктах. Опасные и аварийные ситуации в жилище. Необходимые меры безопасности в повседневной жизни. Правила безопасного поведения в быту.

1. Безопасность в быту. Зависимость существования человека от городской инфраструктуры — социальных структур, обеспечивающих условия жизни в городе.

— Технические аварии в системах жизнеобеспечения: в канализационной системе, затопление помещений; аварии лифта; разрушение зданий; нарушение газоснабжения;
отключения электроэнергии и теплоснабжения; неисправность запирающих устройств. Причины возникновения аварий и опасных ситуаций в повседневной жизни, пути их устранения и предотвращения.

— Возгорание. Источники возгорания. Горение. Самовоспламенение. Пожар и его опасные спутники (ядовитый дым, угарный газ, высокая температура воздуха, задымление и плохая видимость, паника и растерянность, обрушение конструкций и взрывы бытового

газа). Причины возгорания и пожара, человеческий фактор. Последствия пожара. Правила поведения при возгорании и пожаре. Телефон пожарной службы — «01», «112». Оповещение при пожаре и правила эвакуации. «План эвакуации» в общественных местах. Способы эвакуации. Правила поведения в задымленном помещении. Технические системы охранно-пожарной сигнализации. Пожарные краны. Тушение и средства тушения пожаров. Способы борьбы с небольшим загоранием с использованием имеющихся средств. Правила пожарной безопасности в жилище и общественных местах. Важность соблюдения правил пожарной безопасности. Предотвращение пожароопасной ситуации.

— Опасные вещества в быту. Ядовитые газы и их источники: угарный газ, оксид азота, бытовой газ. Основные свойства и признаки ядовитых газов. Опасные вещества в быту: химические удобрения, средства защиты от сорняков и насекомых в сельском хозяйстве; ртуть, лекарства, непригодные для употребления продукты питания. Классификация бытовой химии (относительно безопасные, опасные для глаз и кожи, огнеопасные, ядовитые). Основные правила соблюдения санитарно-гигиенических норм в повседневной жизни. Признаки отравления и первая доврачебная помощь

Опасные ситуации на дорогах. Правила дорожного движения.

— Дорога и ее элементы. Дорожные знаки. Одностороннее и двустороннее движение. Тротуар. Проезжая часть. Перекресток. Участники дорожного движения: пешеходы, водители и пассажиры. Правила пешеходов. Транспорт и его виды. Тормозной путь.

— Безопасность в общественном и личном транспорте. Правила поведения в общественном транспорте. Посадка и выход в общественном транспорте. Опасные
зоны в общественном транспорте; турникеты, эскалатор, перрон, предупредительная полоса. Особенности железнодорожного транспорта и правила поведения
на железной дороге. Опасные и чрезвычайные ситуации на железной дороге. Правила поведения на водном транспорте. Опасные и чрезвычайные ситуации на водном транспорте. Правила поведения на воздушном транспорте.

Безопасное поведение в населенном пункте, городе.

— Массовые мероприятия в городе, толпа, паника. Поведение человека в толпе.

— Природные опасные явления в городе: гололед и гололедица, штормовой и ураганный ветер.

— Безопасность на водоемах. Правила поведения на льду замерзшего водоема. Оказание помощи человеку, попавшему в холодную воду. Правила безопасности
при купании в водоемах. Безопасный отдых на берегу водоема.

Опасные ситуации социального характера.

Криминогенные ситуации в населенных пунктах. Социально-бытовые виды опасности: хулиганство, кражи, мошенничество, конфликты на почве алкоголизма
и наркомании. Рекомендации, как уменьшить вероятность возникновения криминальной ситуации. Террористический акт. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета, при взрыве и при захвате заложников.

Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие.

Экология. Предмет изучения экологии. Влияние человека на природную среду. Загрязнение окружающей среды. Источники загрязнения. Роль промышленных
предприятий и транспорта в загрязнении окружающей среды. Сохранение водных и почвенных ресурсов. Вещества, загрязняющие воздушную среду. Мероприятия,
проводимые по защите водной, почвенной и воздушной среды. Окружающая среда и здоровье человека. Безопасность пищевых продуктов.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

— Понятие первой доврачебной помощи. Важность первой доврачебной помощи для спасения человека. Знакомство с правилами первой доврачебной помощи. Понятия рана, кровотечение, виды кровотечений (капиллярное, венозное и артериальное). Правила остановки кровотечения. Правила обработки раны. Ожоги: термические, химические. Первая помощь при ожогах.

— Понятие здоровья. Значение здоровья для человека. Главные правила здорового образа жизни. Режим дня. Влияние внешней среды на здоровье человека: шумовое загрязнение, техника безопасности при пользовании персональным компьютером и телевизором.

6 класс

(34 ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и безопасности. Основы комплексной безопасности. Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях. Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее.

— Понятия «опасные ситуации» и «экстремальные ситуации». Причины возникновения опасных и экстремальных ситуаций на отдыхе, в туристском походе.

Опасная ситуация может стать экстремальной. Необходимость объективной оценки опасной ситуации. Возможность предотвратить перерастание опасной ситуации
в экстремальную. Подготовленность человека при автономном существовании в природе: психологическая, физическая, материальная.

— Природа и человек. Подготовка к активному отдыху на природе. Потенциально опасные факторы: природные, техногенные, социальные. Факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией и действия по их преодолению. Переутомление. Уныние.

Страх. Боль и травмы. Холод. Жара. Алгоритм первых действий в экстремальной ситуации.

— Необходимое снаряжение для краткосрочного и продолжительного многодневного отдыха. НАЗ (носимый аварийный запас). Благополучное длительное путешествие или однодневный поход обеспечивается: продуманной экипировкой, необходимым минимальным продовольственным запасом, наличием питьевой воды, психологической и физической подготовленностью человека.

— Акклиматизация. Реакклиматизация. Особенности акклиматизации в различных природных условиях: жаркого, холодного климата, в северных районах
и горной местности. Правила успешной акклиматизации.

Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде.

Правила поведения в условиях автономного существования в природной среде.

— Ориентирование на местности. Ориентиры: шум железной дороги, автодороги; реки и ручьи; просеки; элементы рельефа местности, Солнце, звёзды и созвездия. Ориентирование с помощью механических часов и гномона. Истинный (или местный) полдень данной местности. Ориентирование по местным признакам. Компас и ориентирование с помощью компаса. Стороны Света. Магнитный меридиан. Магнитное склонение. Азимут. Азимут обратного движения. Способы подачи сигналов бедствия: дымовой костер, постоянный сигнальный костер; свист (свисток), сигнальное зеркало,
сигналы международного кода; ракетница и сигнальный патрон.

— Правила поведения при аварии транспортного средства.

— Устройство временных укрытий. Летние и зимние виды убежищ. Выбор места. Виды временных укрытий: шалаш, навес, вигвам и строительный материал. Виды зимних укрытий (иглу, снежная пещера, нора, траншея).

— Место для костра. Типы костров и очаги. Виды топлива. Разжигание костра. Теория разведения огня без спичек. Спички и НАЗ. Сохранение огня.

— Обеспечение бытовых потребностей. Изготовление посуды, веревок и рюкзака из подручных средств. Природные средства, используемые для личной гигиены.

Уход и сбережение одежды и обуви. Добывание пищи. Растительная и животная пища. Добывание питьевой воды.

— Безопасность при прохождении по местности. Правила переправы через реки. Правила передвижения в горах, в лавиноопасных и камнепадных районах, по заболоченной местности. Распознавание лавино- и камнепадоопасных склонов.

Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях.

— Общие принципы оказания самопомощи. Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему. Правила оказания первой доврачебной помощи.

— Аптечка. Природные лекарственные средства. Замена промышленных лекарственных средств природными.

— Травмы. Потертости и мозоли. Ссадины и порезы. Ожоги. Помощь при потертостях, мозолях, ссадинах, порезах и ожогах. Ушибы, растяжения и разрывы связок, переломы, вывихи. Наложение шин. Укусы насекомых, паукообразных. Укусы змей, бешеных животных. Отравления. Оказание первой помощи при укусах и отравлениях. Первая помощь при утоплении. Основные приемы реанимации: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Тепловые и солнечные удары. Обморожения. Поражения молнией. Правила поведения, позволяющие избежать теплового, солнечного ударов, обморожения, поражения молнией, и оказание помощи.

Практические занятия.

Переноска пострадавшего без носилок. Вязание узлов. Приемы переноски пострадавшего.

Основные узлы, необходимые для привязывания тента, для страховки человека, для связывания веревок, для привязывания крючка к леске и т.д.

Повторение правил дорожного движения. Правила пешехода. Правила пассажира.

7 класс

(34ч., 1 ч. в неделю)

Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий.

Введение. Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Закон Российской Федерации **и** Республики Хакасия «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

— ***Чрезвычайная ситуация.*** Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Задачи РСЧС. Система мер защиты населения от различных чрезвычайных ситуаций (ЧС).

— ***Чрезвычайная ситуация природного характера***. Классификация опасных природных явлений: геофизические (землетрясения, извержения вулканов, магнитные бури), геологические (обвалы, оползни, сели, карстовые провалы и т.д.), метеорологические (бури, ураганы, смерчи, шквалы, крупный град, засухи, метели, пыльные бури и т.д.), морские гидрологические явления (цунами, обледенение судов, интенсивный дрейф льдов и т.д.) и гидрологические явления (наводнения, паводки и т.д.), природные пожары (лесные, торфяные и др.).

— ***Наводнения и причины их возникновения.*** Историческая справка о наводнениях различного масштаба на территории России. Анализ территорий и площадей, оказывающихся в зоне затопления или подтопления. Понятия

«наводнение», «половодье», «паводок», «затор», «зажор», «ветровой нагон». Наводнения при прорывах
плотин. Классификация наводнений: по повторяемости, по размерам и по наносимому ущербу, а также по площади затопления, продолжительности затопления, скорости подъема уровня воды. Оценка наводнений по максимальному уровню подъёма воды. Анализ характера наводнений в Республике Хакасия.

— ***Поражающие факторы наводнений и их последствия.*** Понятия «затопление», «подтопление», «первичные поражающие факторы», «вторичные поражающие факторы». Размеры последствий наводнений.

— ***Мероприятия по защите от наводнений***. Действия населения при угрозе и во время наводнений. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные
предупредительные мероприятия. Прогнозы наводнений (краткосрочные и долгосрочные, локальные и территориальные). Правила поведения при поступлении сообщения о наводнении и начале эвакуации. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при наводнении, первая необходимая помощь.

Практическая работа.

1. Анализ характера наводнений в Республике Хакасия за последние 10 (20) лет.
2. Выработать алгоритм последовательности действий при поступлении сообщения о наводнении и начале эвакуации.
3. Используя дополнительную литературу, найти правила оказания первой помощи при утоплении. Письменно составить порядок действий при оказании помощи пострадавшему. Обсудить на занятиях с учителем и одноклассниками.

— ***Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения.*** Основные понятия и классификация этих метеорологических явлений. Понятия «ветер», «направление ветра», «скорость ветра», «сила ветра», «шкала Бофорта», «ураган», «смерч», «торнадо», «буря». Причины возникновения ураганов, бурь, смерчей. Погода и климат. Циклон и антициклон. Районы России и мира, где наиболее часты опасные метеорологические явления. Названия ураганов.

— ***Поражающие факторы опасных метеорологических явлений и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при ураганах, смерчах и бурях, первая необходимая помощь.

— ***Мероприятия*** по защите от опасных метеорологических явлений. Действия населения при угрозе и во время урагана, бури, смерча, пыльной бури, метели. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы опасных метеорологических явлений. Правила поведения при поступлении сообщения о приближении опасного метеорологического явления.

Практическая работа.

1. Пользуясь шкалой Бофорта, определить скорость и силу ветра в баллах в течение недели и ежедневно (утром и вечером) в районе проживания. Объяснить
причины изменения (или отсутствие изменений) направления и силы ветра в течение дня и недели в районе проживания.
2. Найдите в художественной литературе пример опасного метеорологического явления. Дайте ему характеристику.

— ***Землетрясения и причины их возникновения.***

Понятия «землетрясение», «очаг землетрясения», «гипоцентр», «эпицентр». Типы землетрясений (тектонические, внутриплитовые, вулканические). Сейсмограф. Основные характеристики землетрясений. Магнитуда. Шкала землетрясений (Рихтера, Меркалли). Характеристика проявлений землетрясения. Сейсмические области мира и территории Российской Федерации.

— ***Поражающие факторы землетрясений и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при землетрясениях, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству.

— ***Мероприятия*** по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы землетрясений. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном землетрясении.

Практическая работа.

1. Оказание первой помощи пострадавшим при землетрясении. Вместе с учителем отработать действия при оказании первой помощи.

— Правила наложения шины на голеностопный сустав; наложение фиксирующей повязки в случае перелома плечевой кости и костей предплечья.

— Правила наложения кровоостанавливающего жгута.

2. Правила оказания первой помощи при сдавливании. Теоретическое задание.

— ***Цунами и причины их возникновения.*** Понятия «цунами», «подводные землетрясения», «вулканические извержения». Оценка силы цунами. Наиболее крупные
цунами в XX—XXI вв.

— ***Поражающие факторы цунами и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы
людей при цунами, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.

— ***Мероприятия*** по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время цунами. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы цунами. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном цунами.

Практическая работа.
На контурной карте мира выделите:
1) районы, где возможны цунами, в том числе и для территории России,
2) страны, находящиеся в потенциально опасной зоне, указав среднюю численность населения этих стран. Оцените возможный ущерб при максимально сильном цунами.
— ***Обвалы, оползни и сели и причины их возникновения.*** Понятия «обвал», «оползень», «сель», «грязевой сель», «водокаменный сель», «грязекаменный сель»,
«сейсмосели», «лахары», «селевой бассейн». Характеристики обвалов по мощности, по масштабу. Условия возникновения опасных геологических явлений.
— ***Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий.
Возможные травмы людей при проявлении опасных геологических явлений, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.
— ***Мероприятия по защите от опасных геологических явлений***. Действия населения при угрозе и во время оползней, обвалов и селей. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы оползней, обвалов
и селей. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном проявлении геологических явлений.
Практическая работа.
1. На контурной карте России выделить:
1) районы, где возможны сели, оползни и обвалы,
2) оцените степень опасности для населенных пунктов и хозяйства человека.
2. Составить правила поведения туриста в горных районах, где возможны оползни, обвалы и сели. Дать рекомендации для туристов о наиболее безопасном времени года.
— ***Лесные и торфяные пожары и причины их возникновения.*** Понятия «природный пожар», «лесной пожар», «низовой пожар», «верховой пожар», «торфяной подземный пожар», «огненный шторм». Характеристики пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров. Причины возникновения лесных и торфяных пожаров. Пожароопасный сезон.
— ***Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при лесных и торфяных пожарах, первая необходимая помощь. Возможный
ущерб хозяйству человека.
— ***Мероприятия*** по защите от лесных и торфяных пожаров. Действия населения при угрозе и во время пожаров. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Правила поведения при обнаружении очагов возгорания в лесу и на территории распространения торфяников. Правила поведения при

лесном и торфяном пожарах. Методы борьбы с пожарами. Косвенные методы тушения пожара. Противопожарная профилактика.

Практическая работа.

1. Используя дополнительные источники информации, данные статистики, дать оценку причин и распространения лесных и торфяных пожаров на территории России за последние 5 (10) лет.

Общие рекомендации по поведению при опасных явлениях природы.

Подведение итогов. Систематизация и анализ полученных знаний и навыков по разделу курса «Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий».

— Сигналы оповещения и порядок действий.

— Номера телефонов вызова дежурных служб помощи, единый номер вызова экстренных оперативных служб «112».

— Правила поведения при эвакуации. Правила поведения при наиболее распространенных опасных природных явлениях. Снежная буря, метель. Лед на водоемах. Оказание помощи оказавшемуся в полынье. Гололедица. Гроза.

Практическая работа.

1. Разработать общие правила поведения при угрозе опасного природного явления. Рассмотреть случаи: человек находится дома, на природе, в школе (на работе).

2. Составить памятку жителям Хакасии на случай возникновения наиболее характерных опасных природных явлений.

Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека.

Терроризм и безопасность человека. Обнаружение подозрительного предмета. Диверсия. Похищение. Захват транспортных средств. Уголовные преступления. Паника. Паника в толпе. Психология толпы. Правила поведения в криминогенных ситуациях.

Дорожное движение и безопасность человека.

Дорога и ее элементы. Дорога. Проезжая часть. Обочина. Разделительная полоса. Одностороннее и двустороннее движение. Перекресток. Тротуар. Пешеходный
переход. Регулировщик. Участники дорожного движения. Дорожно-транспортное происшествие. Транспорт (транспортные средства). Знаки дорожного движения.

Предупреждающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Знаки особых предписаний. Информационные знаки. Рекомендации поведения пешехода на дороге зимой и в темное время суток. Пассажир. Движение во дворах и жилых зонах.

Оказание первой помощи.

Понятие «рана». Типы ран. Причины, вызывающие появление раны. Первоначальная обработка раны. Правила наложения бинтовых повязок. Первая помощь при переломах конечностей. Шина. Правила наложения шины. Тепловые и солнечные удары. Первая помощь. Правила поведения,

позволяющие избежать теплового и солнечного удара. Обморожение. Правила поведения, позволяющие избежать обморожения.

Практическая работа.

1. Отработать навыки наложения бинтовых повязок: на условно раненный палец, плечо, голень. Наложение косыночной повязки.
2. Отработать навыки наложения шины на конечность.

Основы здорового образа жизни.

Человек и его здоровье. Понятие «здоровье». Здоровый образ жизни. Рациональное и нерациональное питание. Витамины и их роль в организме человека. Режим дня. Физическая нагрузка. Понятие «усталость». Факторы, разрушающие здоровье. Понятие «привычка». Вредные привычки.

Практическая работа.

Используя значения энергетической и пищевой ценности продуктов кафе быстрого питания, составьте оптимальное по калорийности и соотношению углеводов меню для подростка, занимающегося каким-либо видом спорта, и подростка, ведущего малоактивный образ жизни.

3. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

5 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы программы. Тема урока	Кол-во часов	Дата	
Раздел I. Личная безопасность в повседневной жизни (29 ч)				
1	Опасные и чрезвычайные ситуации	1		
2	Главные правила ОБЖ	1		
3	Как научиться выявлять и предвидеть опасность	1		
4	Службы защиты населения	1		
5	Опасности в городе и сельской местности	1		
6	Опасные ситуации в жилище (РК)	1		
7	Пожары в жилище	1		
8	Оповещение при пожаре и эвакуация (РК)	1		
9	Средства тушения пожаров	1		
10	Опасные газы	1		
11	Затопление жилища	1		
12	Разрушение зданий	1		

13	Опасные вещества в быту	1		
14	Опасные ситуации на дорогах	1		
15	Безопасность в общественном и личном транспорте (РК)	1		
16	Правила поведения в метро	1		
17	Правила поведения на железнодорожном транспорте	1		
18	Безопасность на воде и водном транспорте	1		
19	Опасный лёд (РК)	1		
20	Аварийные ситуации на воздушном транспорте	1		
21	Как защитить свой дом	1		
22-23	Криминальные ситуации на улице и в других местах (РК)	2		
24	Нарушение экологического равновесия (РК)	1		
25	За чистый воздух!	1		
26	Вода – формула жизни!	1		
27	Загрязнение почвы	1		
28	Продукты под контролем	1		
29	Безопасный компьютер	1		
Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (4 ч)				
30	Что следует знать об оказании первой помощи	1		
31	Помощь при термических и химических ожогах	1		
32-33	Правила здорового образа жизни	2		
Повторение (2 ч				
34	Личная безопасность в повседневной жизни (РК)	1		

6 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы программы. Тема урока	Кол-во часов	Дата	
Раздел I. Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях				
Экстремальная ситуация в природе и первоочередные				

действия человека, попавшего в неё				
1	Опасные и экстремальные ситуации	1		
2	Как подготовиться к походу (РК)	1		
3	Причины, мешающие справиться с экстремальной ситуацией	1		
Пребывание человека в различных климатических условия				
4	Влияние климата на человека	1		
5	Общие правила успешной акклиматизации	1		
Способы выживания человека в условиях Автономного существования в природной среде				
6	Если ты отстал от группы (РК)	1		
7	Если ты заблудился в лесу (РК)	1		
8	Авария транспортного средства в безлюдной местности	1		
9	. Формирование положительных привычек - залог безопасности пешехода.	1		
10	Дисциплина на дороге - путь к дорожной безопасности.	1		
11	Регулирование дорожного движения. Транспортные светофоры.	1		
12	. Регулирование дорожного движения. Пешеходные светофоры.	1		
13	Опасность на дороге. Как ее избежать.	1		
14	Устройство временных укрытий (РК)	1		
15	Добывание огня, разведение костра	1		
16	Обеспечение бытовых потребностей (РК)	1		
17	Обеспечение водой	1		
18	Организация питания (РК)	1		
19	Личная гигиена, уход за одеждой и обувью (РК)	1		
20	Возможные опасности в пути (РК)	1		
Раздел II. Основы медицинских знаний				
Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях				
21	Общие принципы оказания самопомощи	1		
22	Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему	1		
23	Аптечка, природные лекарственные средства (РК)	1		

24	Потёртости и мозоли. Ссадины и порезы	1		
25	Закрытые травмы	1		
26	Опасные животные	1		
27	Отравления	1		
28	Первая помощь утопающему	1		
29	Тепловые и солнечные удары, обморожения	1		
30	Заболевания глаз, удаление инородных тел	1		
31	Переноска пострадавшего без носилок	1		
32	Обобщение «Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях»	1		
Повторение				
33-34	Экстремальные ситуации в природе ПДД (РК)	2		

7 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы программы. Тема урока	Кол-во часов	Дата	
Раздел I. Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека				
Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий				
1	Введение. Опасные ситуации и РСЧС (РК)	1		
2	Опасные природные явления	1		
3	Наводнения и причины их возникновения (РК)	1		
4	Поражающие факторы наводнений и их последствия	1		
5	Действия населения при угрозе и во время наводнений (РК)	1		
6	Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения.	1		
7	Поражающие факторы ветровых явлений и их последствия.	1		
8	Действия населения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	1		

9	Землетрясения и причины их возникновения (РК)	1		
10	Поражающие факторы землетрясений и их последствия	1		
11	Действия населения при угрозе и во время землетрясения (РК)	1		
12	Цунами и причины их возникновения	1		
13	Поражающие факторы цунами и их последствия	1		
14	Действия населения при угрозе и во время цунами	1		
15	Опасные геологические явления.	1		
16	Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия.	1		
17	Действия населения при угрозе возникновения опасных геологических явлений.	1		
18	Лесные и торфяные пожары	1		
19	Поражающие факторы лесных пожаров и их последствия	1		
20	Действия населения при угрозе и во время возникновения пожаров (РК)	1		
21	Общие рекомендации учащихся по поведению при опасных явлениях природы (РК)	1		
Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасност человека				
22	Основы безопасного поведения в толпе.	1		
23	Терроризм и безопасность человека	1		
Дорожное движение и безопасность человека				
24	Дорога и её элементы.	1		
25	Участники дорожного движения. ДТП.	1		
26-27	Движение во дворах и жилых зонах.	1		
Раздел II. Основы здорового образа жизни. Оказание первой помощи.				
Оказание первой помощи				
28	Первоначальная обработка раны.	1		
29	Правила наложения повязок	1		
30	Первая помощь при переломах	1		
31	Тепловые и солнечные удары,	1		

	обморожение			
Основы здорового образа жизни				
32	Человек и его здоровье	1		
33	Факторы, разрушающие здоровье	1		
Обобщение				
34	Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от их последствий	1		

1. Планируемые результаты освоения элективного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Личностные результаты

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа).

2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как

конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).

6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

8. Развитость эстетического сознания через эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира.

9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

Метапредметные результаты

1. Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные

понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные)

Условием формирования межпредметных понятий, например, таких как система, факт, закономерность, феномен, анализ, синтез является овладение обучающимися основами читательской компетенции, приобретение навыков работы с информацией, участие в проектной деятельности.

2. Обучающиеся овладеют навыками:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;
- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое свёртывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий — концептуальных диаграмм, опорных конспектов);
- заполнять и дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

3. В ходе изучения учебного предмета обучающиеся приобретут опыт проектной деятельности, как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне

овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства, принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределённости. Они получат возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

Предметные результаты

5 класс

Выпускник научится

- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;

- оказывать первую помощь при наружном кровотечении;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок.

Выпускник получит возможность научиться

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- использовать способы профилактики игромании;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- анализировать состояние своего здоровья;
- усваивать приемы действий в различных опасных ситуациях.

6 класс

Выпускник научится

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях;
- сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при обморожениях;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых;

- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства

Выпускник получит возможность научиться

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- выявлять факторы, потенциально опасные для здоровья;
- анализировать состояние своего здоровья;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности.

7 класс

Выпускник научится

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций геологического происхождения;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае в чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций биологического происхождения;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации

Выпускник получит возможность научиться

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать последствия проявления терроризма;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- анализировать состояние своего здоровья;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности*;*
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности.

2. Содержание элективного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

5 класс

(34ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и государства. Основы комплексной безопасности. Личная безопасность в повседневной жизни.

Введение. Значение и задачи курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

1. Безопасность, опасная и экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, виды чрезвычайных ситуаций (техногенная, социальная, природная). Понимание
необходимости и важности обеспечения личной и общественной безопасности.

2. Понятие «правило безопасного поведения». Понимание важности соблюдения правил безопасности в повседневной жизни. Понимание последствий невыполнения
правил безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни. Возможность прогноза возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций. Способы выявления признаков опасностей.

Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности.

Службы, защищающие население: полиция, пожарная охрана, скорая медицинская помощь, аварийная газовая служба, спасатели (МЧС), поисково-спасательная
служба (ПСС). Телефоны специальных служб защиты населения: «01», «02», «03», «04». Система вызова экстренных служб по единому номеру «112». Оповещение населения, виды сигналов оповещения.

Опасные ситуации в повседневной жизни. Особенности жизни в городе и других населенных пунктах. Опасные и аварийные ситуации в жилище. Необходимые меры безопасности в повседневной жизни. Правила безопасного поведения в быту.

1. Безопасность в быту. Зависимость существования человека от городской инфраструктуры — социальных структур, обеспечивающих условия жизни в городе.

— Технические аварии в системах жизнеобеспечения: в канализационной системе, затопление помещений; аварии лифта; разрушение зданий; нарушение газоснабжения;
отключения электроэнергии и теплоснабжения; неисправность запирающих устройств. Причины возникновения аварий и опасных ситуаций в повседневной жизни, пути их устранения и предотвращения.

— Возгорание. Источники возгорания. Горение. Самовоспламенение. Пожар и его опасные спутники (ядовитый дым, угарный газ, высокая температура воздуха, задымление и плохая видимость, паника и растерянность, обрушение конструкций и взрывы бытового

газа). Причины возгорания и пожара, человеческий фактор. Последствия пожара. Правила поведения при возгорании и пожаре. Телефон пожарной службы — «01», «112». Оповещение при пожаре и правила эвакуации. «План эвакуации» в общественных местах. Способы эвакуации. Правила поведения в задымленном помещении. Технические системы охранно-пожарной сигнализации. Пожарные краны. Тушение и средства тушения пожаров. Способы борьбы с небольшим загоранием с использованием имеющихся средств. Правила пожарной безопасности в жилище и общественных местах. Важность соблюдения правил пожарной безопасности. Предотвращение пожароопасной ситуации.

— Опасные вещества в быту. Ядовитые газы и их источники: угарный газ, оксид азота, бытовой газ. Основные свойства и признаки ядовитых газов. Опасные вещества в быту: химические удобрения, средства защиты от сорняков и насекомых в сельском хозяйстве; ртуть, лекарства, непригодные для употребления продукты питания. Классификация бытовой химии (относительно безопасные, опасные для глаз и кожи, огнеопасные, ядовитые). Основные правила соблюдения санитарно-гигиенических норм в повседневной жизни. Признаки отравления и первая доврачебная помощь

Опасные ситуации на дорогах. Правила дорожного движения.

— Дорога и ее элементы. Дорожные знаки. Одностороннее и двустороннее движение. Тротуар. Проезжая часть. Перекресток. Участники дорожного движения: пешеходы, водители и пассажиры. Правила пешеходов. Транспорт и его виды. Тормозной путь.

— Безопасность в общественном и личном транспорте. Правила поведения в общественном транспорте. Посадка и выход в общественном транспорте. Опасные
зоны в общественном транспорте; турникеты, эскалатор, перрон, предупредительная полоса. Особенности железнодорожного транспорта и правила поведения
на железной дороге. Опасные и чрезвычайные ситуации на железной дороге. Правила поведения на водном транспорте. Опасные и чрезвычайные ситуации на водном транспорте. Правила поведения на воздушном транспорте.

Безопасное поведение в населенном пункте, городе.

— Массовые мероприятия в городе, толпа, паника. Поведение человека в толпе.

— Природные опасные явления в городе: гололед и гололедица, штормовой и ураганный ветер.

— Безопасность на водоемах. Правила поведения на льду замерзшего водоема. Оказание помощи человеку, попавшему в холодную воду. Правила безопасности
при купании в водоемах. Безопасный отдых на берегу водоема.

Опасные ситуации социального характера.

Криминогенные ситуации в населенных пунктах. Социально-бытовые виды опасности: хулиганство, кражи, мошенничество, конфликты на почве алкоголизма
и наркомании. Рекомендации, как уменьшить вероятность возникновения криминальной ситуации. Террористический акт. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета, при взрыве и при захвате заложников.

Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие.

Экология. Предмет изучения экологии. Влияние человека на природную среду. Загрязнение окружающей среды. Источники загрязнения. Роль промышленных
предприятий и транспорта в загрязнении окружающей среды. Сохранение водных и почвенных ресурсов. Вещества, загрязняющие воздушную среду. Мероприятия,
проводимые по защите водной, почвенной и воздушной среды. Окружающая среда и здоровье человека. Безопасность пищевых продуктов.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

— Понятие первой доврачебной помощи. Важность первой доврачебной помощи для спасения человека. Знакомство с правилами первой доврачебной помощи. Понятия рана, кровотечение, виды кровотечений (капиллярное, венозное и артериальное). Правила остановки кровотечения. Правила обработки раны. Ожоги: термические, химические. Первая помощь при ожогах.

— Понятие здоровья. Значение здоровья для человека. Главные правила здорового образа жизни. Режим дня. Влияние внешней среды на здоровье человека: шумовое загрязнение, техника безопасности при пользовании персональным компьютером и телевизором.

6 класс

(34 ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и безопасности. Основы комплексной безопасности. Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях. Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее.

— Понятия «опасные ситуации» и «экстремальные ситуации». Причины возникновения опасных и экстремальных ситуаций на отдыхе, в туристском походе.

Опасная ситуация может стать экстремальной. Необходимость объективной оценки опасной ситуации. Возможность предотвратить перерастание опасной ситуации
в экстремальную. Подготовленность человека при автономном существовании в природе: психологическая, физическая, материальная.

— Природа и человек. Подготовка к активному отдыху на природе. Потенциально опасные факторы: природные, техногенные, социальные. Факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией и действия по их преодолению. Переутомление. Уныние.

Страх. Боль и травмы. Холод. Жара. Алгоритм первых действий в экстремальной ситуации.

— Необходимое снаряжение для краткосрочного и продолжительного многодневного отдыха. НАЗ (носимый аварийный запас). Благополучное длительное путешествие или однодневный поход обеспечивается: продуманной экипировкой, необходимым минимальным продовольственным запасом, наличием питьевой воды, психологической и физической подготовленностью человека.

— Акклиматизация. Реакклиматизация. Особенности акклиматизации в различных природных условиях: жаркого, холодного климата, в северных районах
и горной местности. Правила успешной акклиматизации.

Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде.

Правила поведения в условиях автономного существования в природной среде.

— Ориентирование на местности. Ориентиры: шум железной дороги, автодороги; реки и ручьи; просеки; элементы рельефа местности, Солнце, звёзды и созвездия. Ориентирование с помощью механических часов и гномона. Истинный (или местный) полдень данной местности. Ориентирование по местным признакам. Компас и ориентирование с помощью компаса. Стороны Света. Магнитный меридиан. Магнитное склонение. Азимут. Азимут обратного движения. Способы подачи сигналов бедствия: дымовой костер, постоянный сигнальный костер; свист (свисток), сигнальное зеркало,
сигналы международного кода; ракетница и сигнальный патрон.

— Правила поведения при аварии транспортного средства.

— Устройство временных укрытий. Летние и зимние виды убежищ. Выбор места. Виды временных укрытий: шалаш, навес, вигвам и строительный материал. Виды зимних укрытий (иглу, снежная пещера, нора, траншея).

— Место для костра. Типы костров и очаги. Виды топлива. Разжигание костра. Теория разведения огня без спичек. Спички и НАЗ. Сохранение огня.

— Обеспечение бытовых потребностей. Изготовление посуды, веревок и рюкзака из подручных средств. Природные средства, используемые для личной гигиены.

Уход и сбережение одежды и обуви. Добывание пищи. Растительная и животная пища. Добывание питьевой воды.

— Безопасность при прохождении по местности. Правила переправы через реки. Правила передвижения в горах, в лавиноопасных и камнепадных районах, по заболоченной местности. Распознавание лавино- и камнепадоопасных склонов.

Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях.

— Общие принципы оказания самопомощи. Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему. Правила оказания первой доврачебной помощи.

— Аптечка. Природные лекарственные средства. Замена промышленных лекарственных средств природными.

— Травмы. Потертости и мозоли. Ссадины и порезы. Ожоги. Помощь при потертостях, мозолях, ссадинах, порезах и ожогах. Ушибы, растяжения и разрывы связок, переломы, вывихи. Наложение шин. Укусы насекомых, паукообразных. Укусы змей, бешеных животных. Отравления. Оказание первой помощи при укусах и отравлениях. Первая помощь при утоплении. Основные приемы реанимации: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Тепловые и солнечные удары. Обморожения. Поражения молнией. Правила поведения, позволяющие избежать теплового, солнечного ударов, обморожения, поражения молнией, и оказание помощи.

Практические занятия.

Переноска пострадавшего без носилок. Вязание узлов. Приемы переноски пострадавшего.

Основные узлы, необходимые для привязывания тента, для страховки человека, для связывания веревок, для привязывания крючка к леске и т.д.

Повторение правил дорожного движения. Правила пешехода. Правила пассажира.

7 класс

(34ч., 1 ч. в неделю)

Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий.

Введение. Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Закон Российской Федерации **и** Республики Хакасия «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

— ***Чрезвычайная ситуация.*** Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Задачи РСЧС. Система мер защиты населения от различных чрезвычайных ситуаций (ЧС).

— ***Чрезвычайная ситуация природного характера***. Классификация опасных природных явлений: геофизические (землетрясения, извержения вулканов, магнитные бури), геологические (обвалы, оползни, сели, карстовые провалы и т.д.), метеорологические (бури, ураганы, смерчи, шквалы, крупный град, засухи, метели, пыльные бури и т.д.), морские гидрологические явления (цунами, обледенение судов, интенсивный дрейф льдов и т.д.) и гидрологические явления (наводнения, паводки и т.д.), природные пожары (лесные, торфяные и др.).

— ***Наводнения и причины их возникновения.*** Историческая справка о наводнениях различного масштаба на территории России. Анализ территорий и площадей, оказывающихся в зоне затопления или подтопления. Понятия

«наводнение», «половодье», «паводок», «затор», «зажор», «ветровой нагон». Наводнения при прорывах
плотин. Классификация наводнений: по повторяемости, по размерам и по наносимому ущербу, а также по площади затопления, продолжительности затопления, скорости подъема уровня воды. Оценка наводнений по максимальному уровню подъёма воды. Анализ характера наводнений в Республике Хакасия.

— ***Поражающие факторы наводнений и их последствия.*** Понятия «затопление», «подтопление», «первичные поражающие факторы», «вторичные поражающие факторы». Размеры последствий наводнений.

— *Мероприятия по защите от наводнений*. Действия населения при угрозе и во время наводнений. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные
предупредительные мероприятия. Прогнозы наводнений (краткосрочные и долгосрочные, локальные и территориальные). Правила поведения при поступлении сообщения о наводнении и начале эвакуации. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при наводнении, первая необходимая помощь.

Практическая работа.

1. Анализ характера наводнений в Республике Хакасия за последние 10 (20) лет.
2. Выработать алгоритм последовательности действий при поступлении сообщения о наводнении и начале эвакуации.
3. Используя дополнительную литературу, найти правила оказания первой помощи при утоплении. Письменно составить порядок действий при оказании помощи пострадавшему. Обсудить на занятиях с учителем и одноклассниками.

— ***Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения.*** Основные понятия и классификация этих метеорологических явлений. Понятия «ветер», «направление ветра», «скорость ветра», «сила ветра», «шкала Бофорта», «ураган», «смерч», «торнадо», «буря». Причины возникновения ураганов, бурь, смерчей. Погода и климат. Циклон и антициклон. Районы России и мира, где наиболее часты опасные метеорологические явления. Названия ураганов.

— ***Поражающие факторы опасных метеорологических явлений и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при ураганах, смерчах и бурях, первая необходимая помощь.

— ***Мероприятия*** по защите от опасных метеорологических явлений. Действия населения при угрозе и во время урагана, бури, смерча, пыльной бури, метели. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы опасных метеорологических явлений. Правила поведения при поступлении сообщения о приближении опасного метеорологического явления.

Практическая работа.

1. Пользуясь шкалой Бофорта, определить скорость и силу ветра в баллах в течение недели и ежедневно (утром и вечером) в районе проживания. Объяснить
причины изменения (или отсутствие изменений) направления и силы ветра в течение дня и недели в районе проживания.
2. Найдите в художественной литературе пример опасного метеорологического явления. Дайте ему характеристику.

— ***Землетрясения и причины их возникновения.***

Понятия «землетрясение», «очаг землетрясения», «гипоцентр», «эпицентр». Типы землетрясений (тектонические, внутриплитовые, вулканические). Сейсмограф. Основные характеристики землетрясений. Магнитуда. Шкала землетрясений (Рихтера, Меркалли). Характеристика проявлений землетрясения. Сейсмические области мира и территории Российской Федерации.

— ***Поражающие факторы землетрясений и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при землетрясениях, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству.

— ***Мероприятия*** по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы землетрясений. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном землетрясении.

Практическая работа.

1. Оказание первой помощи пострадавшим при землетрясении. Вместе с учителем отработать действия при оказании первой помощи.

— Правила наложения шины на голеностопный сустав; наложение фиксирующей повязки в случае перелома плечевой кости и костей предплечья.

— Правила наложения кровоостанавливающего жгута.

2. Правила оказания первой помощи при сдавливании. Теоретическое задание.

— ***Цунами и причины их возникновения.*** Понятия «цунами», «подводные землетрясения», «вулканические извержения». Оценка силы цунами. Наиболее крупные
цунами в XX—XXI вв.

— ***Поражающие факторы цунами и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы
людей при цунами, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.

— ***Мероприятия*** по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время цунами. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы цунами. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном цунами.

Практическая работа.
На контурной карте мира выделите:
1) районы, где возможны цунами, в том числе и для территории России,
2) страны, находящиеся в потенциально опасной зоне, указав среднюю численность населения этих стран. Оцените возможный ущерб при максимально сильном цунами.
— ***Обвалы, оползни и сели и причины их возникновения.*** Понятия «обвал», «оползень», «сель», «грязевой сель», «водокаменный сель», «грязекаменный сель»,
«сейсмосели», «лахары», «селевой бассейн». Характеристики обвалов по мощности, по масштабу. Условия возникновения опасных геологических явлений.
— ***Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий.
Возможные травмы людей при проявлении опасных геологических явлений, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.
— ***Мероприятия по защите от опасных геологических явлений***. Действия населения при угрозе и во время оползней, обвалов и селей. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы оползней, обвалов
и селей. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном проявлении геологических явлений.
Практическая работа.
1. На контурной карте России выделить:
1) районы, где возможны сели, оползни и обвалы,
2) оцените степень опасности для населенных пунктов и хозяйства человека.
2. Составить правила поведения туриста в горных районах, где возможны оползни, обвалы и сели. Дать рекомендации для туристов о наиболее безопасном времени года.
— ***Лесные и торфяные пожары и причины их возникновения.*** Понятия «природный пожар», «лесной пожар», «низовой пожар», «верховой пожар», «торфяной подземный пожар», «огненный шторм». Характеристики пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров. Причины возникновения лесных и торфяных пожаров. Пожароопасный сезон.
— ***Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров и их последствия.*** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при лесных и торфяных пожарах, первая необходимая помощь. Возможный
ущерб хозяйству человека.
— ***Мероприятия*** по защите от лесных и торфяных пожаров. Действия населения при угрозе и во время пожаров. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Правила поведения при обнаружении очагов возгорания в лесу и на территории распространения торфяников. Правила поведения при

лесном и торфяном пожарах. Методы борьбы с пожарами. Косвенные методы тушения пожара. Противопожарная профилактика.

Практическая работа.

1. Используя дополнительные источники информации, данные статистики, дать оценку причин и распространения лесных и торфяных пожаров на территории России за последние 5 (10) лет.

Общие рекомендации по поведению при опасных явлениях природы.

Подведение итогов. Систематизация и анализ полученных знаний и навыков по разделу курса «Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий».

— Сигналы оповещения и порядок действий.

— Номера телефонов вызова дежурных служб помощи, единый номер вызова экстренных оперативных служб «112».

— Правила поведения при эвакуации. Правила поведения при наиболее распространенных опасных природных явлениях. Снежная буря, метель. Лед на водоемах. Оказание помощи оказавшемуся в полынье. Гололедица. Гроза.

Практическая работа.

1. Разработать общие правила поведения при угрозе опасного природного явления. Рассмотреть случаи: человек находится дома, на природе, в школе (на работе).
2. Составить памятку жителям Хакасии на случай возникновения наиболее характерных опасных природных явлений.

Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека.

Терроризм и безопасность человека. Обнаружение подозрительного предмета. Диверсия. Похищение. Захват транспортных средств. Уголовные преступления. Паника. Паника в толпе. Психология толпы. Правила поведения в криминогенных ситуациях.

Дорожное движение и безопасность человека.

Дорога и ее элементы. Дорога. Проезжая часть. Обочина. Разделительная полоса. Одностороннее и двустороннее движение. Перекресток. Тротуар. Пешеходный
переход. Регулировщик. Участники дорожного движения. Дорожно-транспортное происшествие. Транспорт (транспортные средства). Знаки дорожного движения.

Предупреждающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Знаки особых предписаний. Информационные знаки. Рекомендации поведения пешехода на дороге зимой и в темное время суток. Пассажир. Движение во дворах и жилых зонах.

Оказание первой помощи.

Понятие «рана». Типы ран. Причины, вызывающие появление раны. Первоначальная обработка раны. Правила наложения бинтовых повязок. Первая помощь при переломах конечностей. Шина. Правила наложения шины. Тепловые и солнечные удары. Первая помощь. Правила поведения,

позволяющие избежать теплового и солнечного удара. Обморожение. Правила поведения, позволяющие избежать обморожения.

Практическая работа.

1. Отработать навыки наложения бинтовых повязок: на условно раненный палец, плечо, голень. Наложение косыночной повязки.
2. Отработать навыки наложения шины на конечность.

Основы здорового образа жизни.

Человек и его здоровье. Понятие «здоровье». Здоровый образ жизни. Рациональное и нерациональное питание. Витамины и их роль в организме человека. Режим дня. Физическая нагрузка. Понятие «усталость». Факторы, разрушающие здоровье. Понятие «привычка». Вредные привычки.

Практическая работа.

Используя значения энергетической и пищевой ценности продуктов кафе быстрого питания, составьте оптимальное по калорийности и соотношению углеводов меню для подростка, занимающегося каким-либо видом спорта, и подростка, ведущего малоактивный образ жизни.

3. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

5 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы программы. Тема урока	Кол-во часов	Дата	
Раздел I. Личная безопасность в повседневной жизни (29 ч)				
1	Опасные и чрезвычайные ситуации	1		
2	Главные правила ОБЖ	1		
3	Как научиться выявлять и предвидеть опасность	1		
4	Службы защиты населения	1		
5	Опасности в городе и сельской местности	1		
6	Опасные ситуации в жилище (РК)	1		
7	Пожары в жилище	1		
8	Оповещение при пожаре и эвакуация (РК)	1		
9	Средства тушения пожаров	1		
10	Опасные газы	1		
11	Затопление жилища	1		
12	Разрушение зданий	1		

13	Опасные вещества в быту	1		
14	Опасные ситуации на дорогах	1		
15	Безопасность в общественном и личном транспорте (РК)	1		
16	Правила поведения в метро	1		
17	Правила поведения на железнодорожном транспорте	1		
18	Безопасность на воде и водном транспорте	1		
19	Опасный лёд (РК)	1		
20	Аварийные ситуации на воздушном транспорте	1		
21	Как защитить свой дом	1		
22-23	Криминальные ситуации на улице и в других местах (РК)	2		
24	Нарушение экологического равновесия (РК)	1		
25	За чистый воздух!	1		
26	Вода – формула жизни!	1		
27	Загрязнение почвы	1		
28	Продукты под контролем	1		
29	Безопасный компьютер	1		
Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (4 ч)				
30	Что следует знать об оказании первой помощи	1		
31	Помощь при термических и химических ожогах	1		
32-33	Правила здорового образа жизни	2		
Повторение (2 ч				
34	Личная безопасность в повседневной жизни (РК)	1		

6 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы программы. Тема урока	Кол-во часов	Дата	
Раздел I. Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях				
Экстремальная ситуация в природе и первоочередные				

действия человека, попавшего в неё				
1	Опасные и экстремальные ситуации	1		
2	Как подготовиться к походу (РК)	1		
3	Причины, мешающие справиться с экстремальной ситуацией	1		
Пребывание человека в различных климатических условия				
4	Влияние климата на человека	1		
5	Общие правила успешной акклиматизации	1		
Способы выживания человека в условиях Автономного существования в природной среде				
6	Если ты отстал от группы (РК)	1		
7	Если ты заблудился в лесу (РК)	1		
8	Авария транспортного средства в безлюдной местности	1		
9	. Формирование положительных привычек - залог безопасности пешехода.	1		
10	Дисциплина на дороге - путь к дорожной безопасности.	1		
11	Регулирование дорожного движения. Транспортные светофоры.	1		
12	. Регулирование дорожного движения. Пешеходные светофоры.	1		
13	Опасность на дороге. Как ее избежать.	1		
14	Устройство временных укрытий (РК)	1		
15	Добывание огня, разведение костра	1		
16	Обеспечение бытовых потребностей (РК)	1		
17	Обеспечение водой	1		
18	Организация питания (РК)	1		
19	Личная гигиена, уход за одеждой и обувью (РК)	1		
20	Возможные опасности в пути (РК)	1		
Раздел II. Основы медицинских знаний				
Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях				
21	Общие принципы оказания самопомощи	1		
22	Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему	1		
23	Аптечка, природные лекарственные средства (РК)	1		

24	Потёртости и мозоли. Ссадины и порезы	1		
25	Закрытые травмы	1		
26	Опасные животные	1		
27	Отравления	1		
28	Первая помощь утопающему	1		
29	Тепловые и солнечные удары, обморожения	1		
30	Заболевания глаз, удаление инородных тел	1		
31	Переноска пострадавшего без носилок	1		
32	Обобщение «Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях»	1		
Повторение				
33-34	Экстремальные ситуации в природе ПДД (РК)	2		

7 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы программы. Тема урока	Кол-во часов	Дата	
Раздел I. Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека				
Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий				
1	Введение. Опасные ситуации и РСЧС (РК)	1		
2	Опасные природные явления	1		
3	Наводнения и причины их возникновения (РК)	1		
4	Поражающие факторы наводнений и их последствия	1		
5	Действия населения при угрозе и во время наводнений (РК)	1		
6	Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения.	1		
7	Поражающие факторы ветровых явлений и их последствия.	1		
8	Действия населения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	1		

9	Землетрясения и причины их возникновения (РК)	1		
10	Поражающие факторы землетрясений и их последствия	1		
11	Действия населения при угрозе и во время землетрясения (РК)	1		
12	Цунами и причины их возникновения	1		
13	Поражающие факторы цунами и их последствия	1		
14	Действия населения при угрозе и во время цунами	1		
15	Опасные геологические явления.	1		
16	Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия.	1		
17	Действия населения при угрозе возникновения опасных геологических явлений.	1		
18	Лесные и торфяные пожары	1		
19	Поражающие факторы лесных пожаров и их последствия	1		
20	Действия населения при угрозе и во время возникновения пожаров (РК)	1		
21	Общие рекомендации учащихся по поведению при опасных явлениях природы (РК)	1		
Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасност человека				
22	Основы безопасного поведения в толпе.	1		
23	Терроризм и безопасность человека	1		
Дорожное движение и безопасность человека				
24	Дорога и её элементы.	1		
25	Участники дорожного движения. ДТП.	1		
26-27	Движение во дворах и жилых зонах.	1		
Раздел II. Основы здорового образа жизни. Оказание первой помощи.				
Оказание первой помощи				
28	Первоначальная обработка раны.	1		
29	Правила наложения повязок	1		
30	Первая помощь при переломах	1		
31	Тепловые и солнечные удары,	1		

	обморожение			
Основы здорового образа жизни				
32	Человек и его здоровье	1		
33	Факторы, разрушающие здоровье	1		
Обобщение				
34	Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от их последствий	1		