

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
Палецкая средняя общеобразовательная школа

ПРИНЯТО  
на заседании ШМО  
учителей технологии, ОБЖ, физической культуры,  
предметной области «Искусство»  
МКОУ Палецкой СОШ  
Протокол № 1 от «30» августа 2019 г

СОГЛАСОВАНО  
с заместителем директора по УВР

 Е.В. Самарин  
«31» августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по

«ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

8-9 класс

Составитель:

Учитель О.В. Устьянин

## Пояснительная записка

Рабочая программа по ОБЖ разработана в соответствии, с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждено Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897, и Примерной программой подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения».

В рабочей программе реализованы требования Конституции РФ и федеральных законов «О безопасности», «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «ОБ экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «Стратегии национальной безопасности РФ». Сан ПиН 2.4.2.2821 – 10 Федерального перечня учебников, рекомендованных министерством образования и науки РФ приказ от 19 декабря 2012г. №1067 к использованию в образовательном процессе в образовательном учреждении, на 2020 – 2021 учебный год:

Учебник для общеобразовательных учреждений / В. В. Поляков, М. И.

Кузнецов, В. В. Марков, В. Н. Латчук; под редакцией В. Н. Латчука. – М.: Дрофа, 2012. – 156, [4] с.:

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:

1. Усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
2. Понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
3. Уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
4. Антиэкстремистское и антитеррористическое мышление, и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющих угрозу для жизни человека;
5. Отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
6. Готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

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

## Общая характеристика курса

Курс предназначен для решения следующих задач:

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
  - обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
  - развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
  - воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
  - формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.
- Учебный материал 8 и 9 классов структурирован в три раздела:
- раздел 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»;
  - раздел 2 «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»;
  - раздел 3 «Основы здорового образа жизни».

Понятийная база и содержание курса полностью соответствуют Конституции Российской Федерации, федеральным законам и нормативным правовым документам Российской Федерации, в том числе Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования, утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897.

### Место курса в учебном плане

В соответствии с Примерной программой, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в системе основного общего образования может осуществляться по двум вариантам.

**Первый вариант** – с 7 по 9 класс из расчета 1 ч в неделю (всего 105 ч).

**Второй вариант** – по решению органов управления образованием с 5 по 9 класс из расчета 1 ч в неделю (всего 175 ч).

Предлагаемая рабочая программа реализует второй вариант.

Если обучение организуется и проводится по первому варианту Примерной программы, то данную рабочую программу следует скорректировать с учетом возможностей образовательного учреждения, местных условий, региональных, национальных и этнокультурных традиций.

### Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

8класс

#### Личностные результаты

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.

### **Метапредметные результаты**

- Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- Формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ;
- подбирать к каждой проблеме (задаче) адекватную ей теоретическую модель. – планировать свою индивидуальную образовательную траекторию.
- работать по самостоятельно составленному плану, сверяясь с ним и целью деятельности, исправляя ошибки, используя самостоятельно подобранные средства.

### **Предметные результаты**

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; – умение оказывать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, полученной из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

## **9 класс**

### **Личностные результаты**

- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознанное значение семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдения нормы здорового образа жизни, осознано выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение организовать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приемов действий в опасных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий ЧС.

#### **Предметные результаты:**

- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а так же на основе информации, полученной из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

### **Содержание курса**

## 8 класс

### Основы безопасности личности, общества и государства

#### Производственные аварии и катастрофы

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

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

#### Взрывы и пожары

Из истории катастроф.

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

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

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

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

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

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

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

Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ

Из истории химических аварий.

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

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

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

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

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

Аварии с выбросом радиоактивных веществ

Из истории радиационных аварий.

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

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

**Последствия радиационных аварий.** Специфические свойства радиоактивных веществ. Понятие о периоде полураспада. Радиоактивное загрязнение местности. Виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия. Понятие о радиочувствительности органов человека, их классификация по этому признаку и установленные для них значения основных

дозовых пределов. Определение допустимых доз облучения. Последствия однократного и многократного облучения. Допустимые значения заражения продуктов питания и воды.

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

Гидродинамические аварии

Из истории гидродинамических аварий.

**Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия.** Классификация гидродинамических аварий. Затопление как последствие гидродинамической аварии. Понятие о зоне затопления, зоне катастрофического

затопления и их характеристика. Классификация гидродинамически опасных объектов, основные причины аварий на них. Поражающие факторы и последствия гидродинамических аварий.

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

Чрезвычайные ситуации на транспорте

Из истории транспортных аварий.

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

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

Чрезвычайные ситуации экологического характера

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

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

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

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

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

Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

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

**Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами.** Воздействие химических веществ на организм человека. Пути попадания ядовитых веществ в организм человека: через органы дыхания, через желудочно-кишечный тракт, через кожу. Наиболее характерные и общие признаки химического отравления. Общие правила оказания первой помощи при поражении аварийно химически опасными веществами: удушью; общеядовитого действия;



удушающего и общеядовитого действия; нейротропного действия; удушающего и нейротропного действия. Первая помощь при поражении метаболитическими ядами; при отравлении соединениями тяжелых металлов и мышьяка; при ожогах химическими веществами.

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

Основы здорового образа жизни

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

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

## 9 класс

### Основы безопасности личности, общества и государства

Современный комплекс проблем безопасности

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

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

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

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

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

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

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

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

Международное гуманитарное право

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

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

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

Безопасное поведение в криминогенных ситуациях

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

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

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

Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи  
Профилактика травм в старшем школьном возрасте

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

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

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

## Основы медицинских знаний

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

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

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

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

## Основы здорового образа жизни

### Здоровье и здоровый образ жизни

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

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

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

### Личная гигиена

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

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

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

### Физиологические и психологические особенности организма подростка

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

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

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

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

Факторы, разрушающие здоровье человека

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

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

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

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

## Тематическое планирование изучения курса

8 класс

## Основы безопасности личности, общества и государства (30 ч)

### Производственные аварии и катастрофы (2 ч)

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация	Промышленные аварии и катастрофы. Понятие об аварии, производственной или транспортной катастрофе. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера в зависимости от масштаба распространения и тяжести последствий. Основные типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их характеристика	Получают представление о производственных и транспортных авариях и катастрофах, классификации чрезвычайных ситуаций техногенного характера
Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них	Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины техногенных аварий и катастроф. Обеспечение личной безопасности и безопасности окружающих при техногенных авариях	Изучают и анализируют причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Приобретают знания о мерах по предупреждению и защите от таких чрезвычайных ситуаций

### Взрывы и пожары (7 ч)

Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах	Понятие о пожаро- и взрывоопасных объектах. Классификация аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах	Получают представление о причинах и видах аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах
Общие сведения о взрыве и пожаре	Понятие о взрыве. Характерные особенности взрывов. Зоны действия взрыва и их характеристика. Образование воздушной ударной волны. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование. Понятие о пожаре и процессе горения. Условия процесса	Получают представление о взрыве, пожаре, процессе горения

	горения. Группы возгораемости веществ и материалов	
Классификация пожаров	Классификация и характеристика пожаров в зависимости: от внешних признаков горения, места возникновения, масштаба и интенсивности, времени прибытия первых пожарных подразделений. Условия, способствующие распространению пожаров. Линейное и объемное распространение пожаров	Узнают о классификации пожаров, условиях и видах их распространения
Причины пожаров и взрывов, их последствия	Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Причины возникновения пожаров на промышленных предприятиях. Причины возникновения взрывов на взрывоопасных предприятиях. Основные причины взрывов в жилых и общественных зданиях	Изучают и анализируют причины взрывов и пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных предприятиях
Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов	Основные опасные факторы пожара и их воздействие на людей. Вторичные опасные факторы пожаров. Основные и вторичные поражающие факторы взрыва. Действие взрыва на человека. Характеристика поражения людей при взрывах	Изучают и анализируют воздействие на людей опасных факторов и поражающих факторов взрыва
Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах	Использование первичных средств пожаротушения в начальной стадии развития пожара. Общие правила безопасного поведения : при возникновении пожара в здании, эвакуации через задымленный коридор, если надвигается огненный вал. Правила безопасного поведения при опасной концентрации дыма и повышении температуры.	Изучают правила безопасного поведения при пожарах и взрывах, применения первичных средств пожаротушения

	Первоочередные действия по тушению горящей на человеке одежды. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося после взрыва в завале	
Пожары и паника	<p>Понятие о панике. Опасность паники во время пожара.</p> <p>Признаки паники, причины и возможные последствия.</p> <p>Механизм панического бегства людей при пожаре. Особенности эвакуации людей при пожаре.</p> <p>Правила безопасного поведения при возникновении паники во время пожара в общественном месте</p>	Изучают и тренируются правильно действовать при возникновении паники во время пожара

#### Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ (6 ч)

Виды аварий на химически опасных объектах	<p>Из истории химических аварий.</p> <p>Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии.</p> <p>Классификация аварий на химически опасных объектах.</p> <p>Классификация промышленных объектов по степени химической опасности. Классификация городов, городских и сельских районов, областей, краев и республик по степени химической опасности</p>	Получают представление об аварийно химически опасных веществах, химически опасных объектах и химических авариях
Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на	Классификация опасности вредных веществ по степени воздействия на организм человека. Понятие об аварийно химически опасном веществе (АХОВ). Классификация АХОВ по характеру воздействия на человека. Характеристика наиболее распространенных	Изучают классификацию АХОВ в зависимости от воздействия на организм человека и характеристики распространенных АХОВ

организм человека	АХОВ и их поражающее действие на организм человека	
Причины и последствия аварий на химически опасных объектах	Причины химических аварий и их возможные последствия. Опасные факторы аварий на химически опасных объектах. Последствия аварий на химически опасных объектах. Понятие об очаге и зоне химического заражения, их характеристика. Стойкость заражения АХОВ	Узнают о причинах и последствиях химических аварий. Получают представление об очаге и зоне химического заражения, стойкости АХОВ
Защита населения от аварийно химически опасных веществ	Основные способы защиты населения от АХОВ. Оповещение об авариях на химически опасных объектах. Использование средств индивидуальной защиты органов дыхания. Защитные свойства гражданских противогазов. Изготовление ватно-марлевой повязки. Укрытие людей в защитных сооружениях гражданской обороны. Порядок герметизации помещений в целях уменьшения поражающего действия АХОВ. Эвакуация населения из зон химического заражения	Изучают основные способы защиты населения от АХОВ. Учатся изготавливать ватно-марлевые повязки, проводить герметизацию помещений
Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ	Правила безопасного поведения при оповещении об аварии с выбросом АХОВ. Правила безопасного поведения при движении по зараженной местности. Правила безопасного поведения после выхода из зоны заражения. Правила безопасного поведения при аварии с выбросом АХОВ при отсутствии индивидуальных средств защиты, убежища, а также возможности выхода из зоны аварии.	Учатся правильно действовать при авариях с выбросом АХОВ



<p>Первоочередные действия при подозрении на поражение АХОВ. Правила безопасного поведения при авариях на железнодорожных и автомобильных магистралях при перевозке опасных грузов</p>	
--	--

### Аварии с выбросом радиоактивных веществ (5 ч)

Радиация вокруг нас	<p>Радиоактивное (ионизирующее) излучение и его воздействие на людей и животных. Свойства радиоактивных веществ. Естественные и искусственные источники ионизирующих излучений. Дозы облучения людей от различных естественных и техногенных источников излучения. Внешнее и внутреннее облучение человека. Пути попадания радиоактивных веществ внутрь организма</p>	<p>Получают представление о радиоактивном излучении, о естественных и искусственных источниках этого излучения, дозах облучения людей, внешнем и внутреннем облучении, путях попадания радиоактивных веществ в организм человека</p>
Аварии на радиационно опасных объектах	<p>Понятие о радиационно опасном объекте. Классификация аварий на радиационно опасных объектах. Причины и фазы аварий на объектах с ядерными компонентами. Зоны радиоактивного заражения (загрязнения) местности при авариях на АЭС</p>	<p>Получают представление о радиационно опасных объектах, классификации и причинах аварий на этих объектах, зонах радиоактивного заражения местности при таких авариях</p>
Последствия радиационных аварий	<p>Последствия выбросов радиоактивных продуктов в окружающую среду при авариях на радиационно опасных объектах. Специфические свойства радиоактивных веществ. Особенности радиоактивного загрязнения при авариях на радиационно опасных</p>	<p>Изучают виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия</p>

	<p>объектах. Виды радиационного воздействия на людей и животных. Классификация возможных последствий облучения людей. Воздействие ионизирующих излучений на отдельные ткани и органы человека. Последствия однократного и многократного облучения организма человека. Последствия попадания радиоактивных веществ внутрь организма с пищей и водой</p>	
<p>Защита от радиационных аварий</p>	<p>Правила безопасного поведения при оповещении об аварии на радиационно опасном объекте. Правила безопасного поведения при аварии на радиационно опасном объекте при отсутствии убежища и средств защиты. Правила безопасного поведения при движении по зараженной местности. Первоочередные действия по прибытии в район размещения эвакуируемых. Правила безопасного поведения при проживании на загрязненной местности. Понятие о режиме радиационной защиты и его содержание. Меры по защите населения при радиационной аварии. Особенности проведения йодной профилактики и ее защитный эффект. Радиометрический контроль за содержанием радионуклидов в продуктах питания</p>	<p>Учатся правильно действовать при авариях на радиационно опасных объектах. Изучают правила безопасного поведения при проживании на загрязненной местности</p>

### Гидродинамические аварии (3 ч)

Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия	Понятие о гидродинамической аварии. Причины гидродинамических аварий и их классификация. Понятие о зонах затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Гидродинамически опасные объекты и их классификация. Основные поражающие факторы гидродинамических аварий. Последствия гидродинамических аварий	Получают представление о гидродинамически опасных объектах и гидродинамических авариях, их классификации, причинах, поражающих факторах и последствиях
Защита от гидродинамических аварий	Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах во время внезапного затопления: до прибытия помощи при вынужденной самоэвакуации из зоны затопления. Правила безопасного поведения после аварии и схода воды	Изучают меры по уменьшению потерь от гидродинамических аварий. Учатся правильно действовать при внезапном затоплении и после схода воды

### Чрезвычайные ситуации на транспорте (2 ч)

Автомобильные аварии и катастрофы	Понятие об автомобильной аварии и автомобильной катастрофе. Основные причины автомобильных аварий и катастроф. Автомобиль как источник повышенной опасности	Получают представление об автомобильных авариях и катастрофах, их главных причинах
Безопасное	Назначение велосипеда и	Изучают правила безопасного

поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов	мопеда, их краткая характеристика. Возраст, с которого разрешается выезжать на дороги на велосипеде и мопеде. Требования Правил дорожного движения к передвижению на велосипедах и мопедах по улицам и дорогам. Правила подачи водителем велосипеда (мопеда) сигналов поворота, разворота и торможения	поведения на дорогах велосипедистов и водителей мопедов
---	--	---

### Чрезвычайные ситуации экологического характера (5 ч)

Состояние природной среды и жизнедеятельность человека	Антропогенные изменения в природе. Влияние деятельности человека на окружающую среду. Формы негативного воздействия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайной ситуации экологического характера. Классификация чрезвычайных ситуаций экологического характера. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека. Виды загрязнения биосферы	Получают представление о негативном влиянии деятельности человека на окружающую среду, источниках загрязнения биосферы, чрезвычайных ситуациях экологического характера и их классификации
Изменение состава атмосферы (воздушной среды)	Понятие об атмосфере. Функции атмосферы. Источники загрязнения атмосферы. Изменение климата и прозрачности атмосферы. Парниковый эффект. Разрушение озонового экрана. Кислотные осадки. Выбросы вредных веществ	Узнают об источниках и причинах загрязнения атмосферы
Изменение состояния	Вода — важнейшая часть всего живого на Земле. Физико-	Узнают о причинах ухудшения качества пресных вод.

гидросферы (водной среды)	химические качества питьевой воды. Значение пресной воды для жизнедеятельности человека. Причины ухудшения качества пресных вод. Понятие о сточных водах. Классификация сточных вод: бытовые, атмосферные, производственные. Их характеристика и влияние на здоровье населения	Получают представление о сточных водах и их классификации
Изменение состояния суши (почвы)	Функции и значение почвы. Основные причины сокращения сельскохозяйственных угодий. Деградация почвы и ее причины. Эрозия почвенного покрова и опустынивание земель. Причины опасного влияния почвы на здоровье человека. Промышленные и бытовые отходы как негативный фактор загрязнения почвы. Твердые и жидкие отходы. Влияние отходов на загрязнение почвы	Узнают о причинах деградации земель. Получают представление о промышленных, бытовых, твердых и жидких отходах
Нормативы предельно допустимых воздействий на природу	Понятие о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве. Нормы качества атмосферы, воды и почвы. Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами	Получают представление о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве, нормах качества атмосферы, воды и почвы. Изучают меры безопасности при нахождении на территории с неблагоприятными экологическими условиями

### **Оказание медицинских знаний и правила оказания первой помощи (3 ч)**

Первая помощь при массовых поражениях	Опасные факторы массовых поражений людей при чрезвычайных ситуациях и их характеристика. Основная цель и задача первой помощи	Получают представление о целях, задачах и мероприятиях первой помощи пострадавшим при массовых поражениях
---------------------------------------	---	---

ях	пострадавшим при массовых поражениях. Мероприятия первой помощи при массовых поражениях в чрезвычайных ситуациях	
Первая помощь при поражении и аварийно химическими и опасными веществами	Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Наиболее характерные и общие признаки химического отравления. Общие принципы и правила оказания первой помощи пострадавшим: при поступлении АХОВ через дыхательные пути, при попадании АХОВ на кожу, при поступлении АХОВ через рот. Оказание первой помощи при ожоге кислотой. Оказание первой медицинской помощи при ожоге щелочью	Изучают правила оказания первой помощи при отравлении АХОВ. Учатся оказывать первую помощь при ожогах кислотой и щелочью
Первая помощь при бытовых отравлениях	Первая помощь при отравлении минеральными удобрениями. Причины, последствия и признаки отравления минеральными удобрениями и другими химикатами. Оказание первой помощи: при первых признаках отравления минеральными удобрениями, при отравлении минеральными удобрениями через дыхательные пути, при попадании химикатов в глаза	Учатся оказывать первую помощь при отравлении минеральными удобрениями и другими химикатами

## Основы здорового образа жизни (2 ч)

Физическая культура и закаливание	Воспитание необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Развитие сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств.	Учатся развивать у себя физические качества, необходимые для хорошей физической формы. Получают представление о принципах и методике закаливания. Учатся выполнять закаливающие
-----------------------------------	---	---

	Средства развития физических качеств. Принципы закаливания. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Факторы окружающей среды для закаливания организма. Закаливание воздухом. Солнечные ванны. Закаливание водой. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма	процедуры, используя факторы окружающей среды
Семья в современном обществе	Роль и значение семьи в современном обществе. Семейный кодекс Российской Федерации. Понятие о браке. Права и обязанности супругов	Получают представление о браке и семье, правах и обязанностях супругов

### 9 класс

#### Основы безопасности личности, общества и государства (14 ч)

#### Современный комплекс проблем безопасности (5 ч)

Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства	Конституция Российской Федерации как гарант безопасности и защиты человека. Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О противодействии терроризму», «О наркотических средствах и психотропных веществах», назначение и краткая характеристика. Наиболее важные подзаконные акты Российской Федерации в области	Изучают положения Конституции Российской Федерации, федеральные законы и подзаконные акты в области обеспечения безопасности личности, общества и государства
---	--	---

	обеспечения безопасности личности, общества и государства	
Угрозы национальной безопасности Российской Федерации	Понятие о национальной безопасности Российской Федерации. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. Основные направления обеспечения национальной безопасности Российской Федерации. Угрозы в сфере военной безопасности, в сфере государственной и общественной безопасности, защита от этих угроз	Получают представление об угрозах национальной безопасности РФ, основных направлениях и стратегии ее обеспечения
Международный терроризм как угроза национальной безопасности	Понятие о терроризме. Современный международный терроризм и его характеристика. Классификация современного терроризма. Направления международной и государственной деятельности по противодействию терроризму. Федеральный закон «О противодействии терроризму»	Получают представление о современном терроризме, его классификации, основных направлениях деятельности по противодействию терроризму
Наркотизм и национальная безопасность	Понятия о наркотизме, наркомании и токсикомании, их характеристика. Социальная опасность наркотизма. Основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ. Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах»	Получают представление о наркотизме, наркомании и токсикомании. Изучают основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ
Гражданская оборона как составная часть	Понятие о гражданской обороне. Основные задачи гражданской обороны. Силы и средства гражданской обороны. Управление, организация и	Получают представление об основных задачах, силах и средствах гражданской обороны



системы национальной безопасности	ведение гражданской обороны в Российской Федерации. Федеральный закон «О гражданской обороне»	
-----------------------------------	---	--

### Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч)

Цели, задачи и структура РСЧС	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Функции, задачи и структура РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС и их функции. Территориальные подсистемы РСЧС и их функции. Координационные органы РСЧС и их задачи. Постоянно действующие органы управления РСЧС и их функции. Органы повседневного управления РСЧС	Получают представление о функциях и структуре РСЧС
Режимы функционирования, силы и средства РСЧС	Режимы функционирования РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: в режиме повседневной деятельности, режиме повышенной готовности, режиме чрезвычайной ситуации. Силы и средства РСЧС. Силы и средства наблюдения и контроля. Силы ликвидации чрезвычайных ситуаций	Получают представление о режимах функционирования, силах и средствах РСЧС

### Международное гуманитарное право (3 ч)

Международное гуманитарное право.	Понятие о международном гуманитарном праве. Области международного гуманитарного права. Лица, находящиеся под	Изучают основные документы международного права
-----------------------------------	---	---

Сфера применения и ответственность за нарушение норм	защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права	
Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала	Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых и больных из состава действующей армии. Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых, больных и потерпевших кораблекрушение из состава вооруженных сил на море. Правовая защита медицинского и духовного персонала, выполняющего свои функции во время военных действий. Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца, его организации и эмблемы	Получают представление об основных требованиях международного гуманитарного права по защите раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала
Защита военнопленных и гражданского населения	Понятие о комбатантах в международном. Категории лиц, относящиеся к комбатантам. Основные требования международного гуманитарного права по защите военнопленных. Основные требования международного гуманитарного права по защите лиц из числа гражданского населения, находящегося во власти противника. Особая защита международным гуманитарным правом женщин и детей	Получают представление об основных требованиях международного гуманитарного права по защите военнопленных и гражданского населения

### Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 ч)

Защита от мошенников	<p>Понятие о мошенничестве. Основные черты мошенника. Виды мошенничества: хищение путем обмана, хищение путем злоупотребления доверием. Уголовная ответственность за мошенничество. Основные приемы мошенничества. Правила защиты от мошенников</p>	<p>Получают представление об основных видах и приемах мошенничества. Осваивают правила защиты от мошенников</p>
Безопасное поведение девушек	<p>Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Уголовная ответственность за насильственные действия сексуального характера. Лица, представляющие угрозу насильственных действий и их психологический портрет. Правила безопасного поведения и психологической защиты по предотвращению насильственных действий сексуального характера</p>	<p>Получают представление о преступлениях на сексуальной почве. Учатся соблюдать правила безопасного поведения и психологической защиты по предотвращению насильственных действий</p>
Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций	<p>Психология преступника в выборе «жертвы». Признаки потенциальной «жертвы» и признаки неуязвимости уверенного в себе человека. Развитие качеств личности уверенного человека. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов</p>	<p>Развивают у себя качества личности уверенного человека. Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие защититься от насильников и хулиганов</p>

### Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7 ч)

#### Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч)

Причины травматизма и пути их	<p>Причины травматизма в старшем школьном возрасте. Наиболее характерные причины травм и повреждений у подростков и</p>	<p>Изучают причины травматизма школьников и правила безопасного поведения по его</p>
-------------------------------	---	--

предотвращения	рекомендации по их предотвращению	предотвращению
Безопасное поведение дома и на улице	Понятие о бытовом травматизме. Рекомендации по предотвращению травм в домашних условиях. Предотвращение травм при пожаре в доме (квартире). Предотвращение травм при обращении с электрическими приборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на улице и на водоемах. Предотвращение травм в дорожно-транспортных происшествиях. Предотвращение травм в доме (на кухне, в ванной комнате, при проведении ремонта)	Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травматизм дома и на улице
Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом	Понятие о школьном травматизме. Предотвращение травм на уроках физики при работе электроприборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на уроках химии. Предотвращение травм на уроках физкультуры и при занятиях спортом. Предотвращение травм на переменах	Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травмы

### Основы медицинских знаний (4 ч)

Профилактика осложненных ран. Асептика и антисептика	Понятие об асептике. Виды ранений, при которых необходимо выполнение мероприятий по предотвращению инфицирования и ускорению заживления. Значение асептической повязки. Система асептических мероприятий.	Получают представление об асептике и антисептике
--	---	--

	<p>Понятие об антисептике. Виды антисептики. Химические и биологические средства антисептики, их характеристика и применение</p>	
<p>Травмы головы, позвоночника и спины</p>	<p>Причины и признаки травм головы и позвоночника. Оказание первой помощи при травмах головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга, признаки и симптомы. Основные правила оказания первой помощи при сотрясении головного мозга. Боли в спине. Признаки и симптомы повреждения спины. Предотвращение появления болей в спине. Первая помощь при болях в спине</p>	<p>Учатся определять признаки и оказывать первую помощь при травмах головы и позвоночника</p>
<p>Экстренная реанимационная помощь</p>	<p>Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара. Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца. Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот-в-рот»</p>	<p>Учатся определять признаки клинической смерти и практически осваивают технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий</p>

Основные неинфекционные заболевания	Общие сведения о неинфекционных заболеваниях. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний и факторы, влияющие на их возникновение. Основные причины роста неинфекционных заболеваний	Получают представление о наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваниях
-------------------------------------	--	--

## Основы здорового образа жизни (14 ч)

### Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч)

Здоровье человека	Понятие о здоровье. Составляющие здоровья. Духовное и физическое здоровье, их характеристика. Взаимосвязь духовного здоровья с социальным. Критерии оценки здоровья детей и подростков. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Общественное и индивидуальное здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека	Получают представление о составляющих здоровья человека, критериях его оценки, группах здоровья детей и подростков
Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления	Влияние здорового образа жизни на формирование личности. Элементы здорового образа жизни и их характеристика. Факторы риска. Теории оздоровления человеческого организма. Оздоровительные системы и их составляющие. Индивидуальный подход к выбору оздоровительной системы	Получают представление об основных элементах здорового образа жизни и его влиянии на формирование личности
Факторы риска во внешней среде и их	Внешняя среда и ее воздействие на человека. Физические, химические, биологические и социальные факторы риска	Получают представление о влиянии факторов риска, риска внешней среды на внутреннюю среду организма

влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье	внешней среды и их характеристика. Факторы риска психического характера. Внутренняя среда организма. Способность организма поддерживать в заданных пределах состояние внутренней среды	человека
---	--	----------

### Личная гигиена (3 ч)

Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды	Общие сведения о гигиене. Задачи гигиены. Понятие о личной гигиене и ее составляющие. Общие сведения о коже человека и ее функциях. Гигиена кожи. Главная функция одежды человека. Гигиенические требования к одежде, обуви и головным уборам	Получают представление о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам
Гигиена питания и воды	Зависимость жизнедеятельности организма человека от питания и воды. Общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения. Гигиенические требования к питанию. Совместимость пищевых продуктов. Соотношение продуктов животного и растительного происхождения в рационе питания человека. Рекомендуемое количество белков, жиров и углеводов для детей и подростков. Режим питания. Распределения рациона питания в течение дня. Общие сведения о воде. Гигиенические требования к воде	Узнают общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения и питьевой воде. Учатся соблюдать режим питания, правильно распределять рацион питания в течение дня
Гигиена жилища и индивидуума	Зависимость состояния здоровья человека от условий жизни. Гигиенические требования,	Получают представление о гигиенических требованиях к современному жилищу и

льного строитель ства	предъявляемые к современному жилищу. Гигиенические требования к микроклимату жилого помещения: комнатной температуре, относительной влажности воздуха, скорости движения комнатного воздуха, естественному и искусственному освещению. Гигиенические требования, предъявляемые к индивидуальному строительству загородных домов. Гигиенические требования при планировке территории. Гигиенические требования к водоснабжению и канализации. Гигиенические требования к сбору, обезвреживанию и удалению отходов)	индивидуальному строительству загородных домов
-----------------------------	---	--

#### Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч)

Физиологи ческое и психологи ческое развитие подростко в	Особенности физического развития в подростковом и юношеском возрасте. Внешние изменения организма. Развитие нервной системы и двигательных функций. Активизация работы желез внутренней секреции. Развитие сердечно-сосудистой системы и системы кровообращения. Неустойчивость организма к температурным воздействиям. Особенности психологического развития в подростковом и юношеском возрасте: повышенная эмоциональность и неустойчивость нервной системы. Рекомендации по предупреждению повышенной нервной возбудимости	Получают представление о физическом и психологическом развитии в подростковом и юношеском возрасте. Учатся учитывать эти особенности при общении с окружающими
--	--	--



Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции	Понятие о состоянии влюбленности. Психологические особенности взаимоотношений подростков (юношей и девушек) в этом состоянии. Первые чувства и проявления любви. Вопросы нравственности во взаимоотношениях полов	Получают представление об особенностях отношений юношей и девушек
Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях	Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями. Общение с возбужденным собеседником. Приемы снятия эмоционального возбуждения	Учатся правильно вести себя в конфликтных ситуациях
Суицидальное поведение в подростковом возрасте	Общие сведения о суицидах. Опасные ситуации, связанные с суицидами (самоубийствами). Причины и факторы, повышающие вероятность суицидов. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суициды среди подростков, молодежи и студентов. Понятие об угнетенном психическом состоянии и депрессии, пути их преодоления. Профилактика суицидов	Получают представление о причинах и профилактике суицидов. Учатся преодолевать угнетенное психическое состояние и депрессию

### Факторы, разрушающие здоровье человека (4 ч)

Употребление табака	Понятие о табакокурении. Состав табачного дыма. Никотин и признаки его отравления. Опасное воздействие угарного газа и радиоактивных веществ, содержащихся в табаке. Стадии	Формируют у себя негативное отношение к табакокурению
---------------------	---	---

	<p>никотиновой зависимости и их характеристика. Негативное воздействие табачного дыма на организм человека.</p> <p>Профилактика и отказ от табакокурения</p>	
<p>Употребление алкоголя</p>	<p>Алкоголь и его влияние на здоровье. Разрушающее воздействие алкоголя на все системы и органы человека.</p> <p>Последствия воздействия алкоголя на головной мозг, пищеварительную функцию, печень, железы внутренней секреции, поджелудочную железу, половую функцию и т. д.</p> <p>Развитие алкоголизма. Понятие о пьянстве и алкоголизме.</p> <p>Похмельный синдром и его признаки. Первая помощь при алкогольном отравлении.</p> <p>Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье</p>	<p>Формируют у себя негативное отношение к употреблению алкоголя</p>
<p>Наркомания и токсикомания</p>	<p>Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических веществ на организм человека. Признаки наркомании и токсикомании.</p> <p>Развитие психической зависимости от наркотика.</p> <p>Развитие физической зависимости от наркотика.</p> <p>Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами.</p> <p>Первая помощь при наркотическом отравлении.</p> <p>Первая помощь при отравлении лекарственными препаратами</p>	<p>Формируют у себя негативное отношение к употреблению психоактивных веществ.</p> <p>Учатся оказывать первую помощь при отравлении наркотиками и лекарственными препаратами</p>
<p>Заболевания, передающиеся половым путем</p>	<p>Понятие о заболеваниях, передаваемых половым путем, и их опасность для здоровья</p>	<p>Получают представление о заболеваниях, передающихся половым путем, и путях их</p>

иеся половым путем	человека. Характеристика наиболее распространенных заболеваний, передаваемых половым путем, и их профилактика. Понятие о синдроме приобретенного иммунодефицита (СПИД) и ВИЧ- инфекции, их профилактика	профилактики
--------------------------	--	--------------

**Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение  
образовательного процесса  
Учебно-методические комплексы по основам безопасности деятельности**

**8 класс**

- Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: учебник. — М.: Дрофа.
- Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г.* Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа.
- Латчук В. Н., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: тетрадь для оценки качества знаний. — М.: Дрофа.
- Латчук В. Н., Миронов С. К., Бурдакова Т. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: рабочая тетрадь ученика. — М.: Дрофа.

**9 класс**

- Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник. — М.: Дрофа.
- Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г.* Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа.
- Латчук В. Н., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: тетрадь для оценки качества знаний. — М.: Дрофа.
- Латчук В. Н., Миронов С. К., Бурдакова Т. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: рабочая тетрадь ученика. — М.: Дрофа.

**Программы, методические и учебные пособия, дидактические материалы**

- Латчук В. Н., Миронов С. К., Вангородский С. Н.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы: программы. — М.: Дрофа.
- Евлахов В. М.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы: тематическое планирование. — М.: Дрофа.

- Фролов М. П.* Безопасное поведение на дорогах. 5—10 классы: программы дополнительного образования. — М.: Дрофа.
- Винник А. Л.* Основы безопасности жизнедеятельности. Предпрофильное обучение. 8—9 классы: программы элективных курсов. — М.: Дрофа.
- Дурнев Р. А., Смирнов А. Т.* Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5—11 классы: методическое пособие — М.: Дрофа.
- Евлахов В. М.* Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
- Латчук В. Н., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
- Михайлов А. А.* Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5—9 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
- Соловьев С. С.* Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
- Евлахов В. М.* Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 5—9 классы. — М.: Дрофа.
- Вольхин С. Н., Ляшко В. Г., Снегирев А. В., Щербаков В. А.* Основы защиты от терроризма : учебное пособие. — М.: Дрофа.
- Справочные пособия
- Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К.* Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы. — М.: Дрофа.
- Латчук В. Н., Миронов С. К.* Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

*Латчук В. Н., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. Безопасность при террористических актах. — М.: Дрофа.

## **Планируемые результаты изучения Учащийся научится**

- наиболее распространенные чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее распространенные в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- основы государственной стратегии Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по организации противодействия терроризму;

- основные виды террористических актов, их цели и способы проведения; –
- правила безопасного поведения при угрозе террористических актов;
- основы государственной политики Российской Федерации противодействию наркотизму;
- основные меры по профилактике наркомании и токсикомании;
- наиболее популярные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при этом.

### **Учащийся получит возможность научиться**

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

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

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



















