

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
Владимировская основная общеобразовательная школа

Рабочая программа  
учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»  
основного общего образования  
5 – 9 классы  
(срок освоения 5 лет)

Составитель: Панина Татьяна Ивановна

## 1. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения основ безопасности жизнедеятельности

5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
<b>Личностные универсальные учебные действия</b>				
<b>У обучающегося будут сформированы:</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- положительное отношение к процессу познания;</li> <li>- адекватное оценивание своей учебной деятельности;</li> <li>- применение правил делового сотрудничества;</li> <li>- проявление мотивов учебной деятельности;</li> <li>- понимание личностного смысла учения;</li> <li>- оценивание своей учебной деятельности;</li> <li>- проявление положительного отношения к урокам ОБЖ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявление положительного отношения к урокам ОБЖ, широкий интерес к новому учебному материалу, способам решения новых учебных задач, доброжелательное отношение к сверстникам;</li> <li>- позитивно оценивать свою учебной деятельности;</li> <li>- адекватно воспринимать оценку учителя и одноклассников;</li> <li>- определение самому себе своих отдельных ближайших целей саморазвития;</li> <li>- понимание причины успеха в своей учебной деятельности;</li> <li>- осознание границ своего знания и «незнания»;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению, готовность и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;</li> <li>- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;</li> <li>- развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;</li> <li>- овладение первичными навыками анализа и оценки получаемой</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умение ясно, точно, грамотно излагать свои мысли в устной и письменной форме, понимать смысл поставленной задачи, выстраивать аргументацию, приводить примеры и контрпримеры;</li> <li>- критичность мышления, умение распознавать логически некорректные высказывания, отличать гипотезу от факта;</li> <li>- креативность мышления, инициатива, находчивость, активность при решении учебных задач;</li> <li>- умение контролировать процесс и результат учебной деятельности;</li> <li>- экологическое</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- образ социально-политического устройства — представление о государственной организации России, знание государственной символики (герб, флаг, гимн), знание государственных праздников;</li> <li>- знание положений Конституции РФ, основных прав и обязанностей гражданина;</li> <li>- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях;</li> <li>- знание основных принципов и правил отношения к природе;</li> <li>- знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- уважение к личности и её достоинствам,</li> </ul>

	<p>- выработка в противоречивых ситуациях правила поведения, способствующее ненасильственному и равноправному преодолению конфликта;</p> <p>- проявление положительного отношения к урокам ОБЖ.</p>	<p>информации;</p> <p>- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.</p> <p>- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях;</p> <p>- проявление положительного отношения к урокам ОБЖ;</p> <p>- знание основных принципов и правил отношения к природе;</p> <p>- знание правил поведения в чрезвычайных ситуациях.</p>	<p>сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях;</p> <p>- знание правил поведения в чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;</p> <p>- проявление положительного отношения к урокам ОБЖ.</p>	<p>доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;</p> <p>- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;</p> <p>- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;</p> <p>- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;</p> <p>- умение конструктивно разрешать конфликты;</p> <p>- умение ясно, точно, грамотно излагать свои мысли в устной и письменной речи, понимать смысл поставленной задачи, выстраивать аргументацию, приводить примеры и контрпримеры;</p> <p>- креативность мышления, инициатива, находчивость, активность при решении</p> <p>умение контролировать процесс и результат учебной</p>
--	---	--	--	---

				<p>деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.</li> <li>- проявление положительного отношения к урокам ОБЖ.</li> </ul>
<b>Обучающийся получит возможность для формирования:</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- осознание границы своего знания и «незнания»;</li> <li>- объяснение отличия в оценках одной и той же ситуации разными людьми;</li> <li>- понимание причин успеха в своей учебной деятельности;</li> <li>- объяснение самому себе свои отдельные ближайшие цели саморазвития;</li> <li>- выработка в противоречивых ситуациях правила поведения, способствующее ненасильственному и равноправному преодолению конфликта.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ соответствия результатам требованиям конкретной учебной задачи;</li> <li>- объяснение своих наиболее заметных достижений;</li> <li>- понимание причин успеха/неуспеха в учебной деятельности;</li> <li>- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях;</li> <li>- знание основных принципов и правил отношения к природе;</li> <li>- уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;</li> <li>- уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;</li> <li>- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;</li> <li>- умение конструктивно разрешать конфликты.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;</li> <li>- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;</li> <li>- умение конструктивно разрешать конфликты.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации и интереса к учению;</li> <li>- готовности к самообразованию и самовоспитанию;</li> <li>- адекватной позитивной самооценки и Я-концепции;</li> <li>- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;</li> <li>- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций участников дилеммы, ориентации на их мотивы и чувства;</li> <li>- устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;</li> </ul>

	<i>нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им.</i>	<i>разрешать конфликты.</i>		<i>- эмпатии как осознанного понимания и сопереживания чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.</i>
--	--	-----------------------------	--	--

**Метапредметные**

**Регулятивные универсальные учебные действия**

**Обучающийся научится:**

<p>-определять цель учебной деятельности совместно с учителем;</p> <p>- работать по составлению плана, используя на ряду с основными и дополнительные средства;</p> <p>- составлять план выполнения заданий совместно с учителем;</p> <p>- обнаруживают информируют учебную проблему совместно с учителем;</p> <p>- понимают причины своего неуспеха и находят способы выхода из этой ситуации.</p>	<p>- работать по составлению плана, используя основные и дополнительные средства получения информации;</p> <p>- определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно, осуществлять поиск средств её достижения;</p> <p>- обнаруживать и формулировать учебную проблему совместно с учителем;</p> <p>- работать по составлению плана, используя на ряду с основными и дополнительные средства;</p> <p>- в диалоге с учителем совершенствуют критерии оценки и пользуются ими в ходе</p>	<p>- целеполаганию, постановку новых целей с помощью учителя;</p> <p>- анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров;</p> <p>- планировать пути достижения целей с помощью учителя;</p> <p>- адекватно оценивать правильность выполнения действия;</p>	<p>- целеполаганию, включая постановку новых целей с помощью учителя, преобразование практической задачи в познавательную с помощью учителя;</p> <p>- анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;</p> <p>- планировать пути достижения целей с помощью учителя и самостоятельно;</p> <p>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров с помощью учителя;</p> <p>- адекватно оценивать</p>	<p>- целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;</p> <p>-самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;</p> <p>- планировать пути достижения целей;</p> <p>- устанавливать целевые приоритеты;</p> <p>- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</p> <p>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</p> <p>- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу</p>
---	---	---	--	--

	оценки и самооценки.		правильность выполнения действия и при помощи учителя вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	действия; -актуальный контроль на уровне произвольного внимания; - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации; - основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.
<b>Обучающийся получит возможность научиться:</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>-определять цель учебной деятельности, искать средства её осуществления;</li> <li>- составлять план выполнения заданий;</li> <li>- использовать дополнительные источники информации (справочная литература, средства ИКТ);</li> <li>- в диалоге с учителем совершенствуют критерии оценки и пользуются ими в ходе оценки и самооценки;</li> <li>- составлять план</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять план выполнения задач, решения проблем творческого и поискового характера;</li> <li>- понимать причины своего успеха и находят способы выхода из этой ситуации;</li> <li>- обнаруживать и формулировать учебную проблему</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- целеполаганию, включая постановку новых целей с помощью учителя, преобразование практической задачи в познавательную с помощью учителя;</li> <li>- анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;</li> <li>- планировать пути достижения целей с</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;</li> <li>- самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;</li> <li>- планировать пути достижения целей;</li> <li>- уметь самостоятельно</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно ставить новые учебные цели и задачи;</li> <li>- построению жизненных планов во временной перспективе;</li> <li>- при планировании достижения целей самостоятельно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;</li> <li>- выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ;</li> <li>- основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления</li> </ul>

<p>выполнения задач, решения проблем творческого и поискового характера</p>		<p>помощью учителя и самостоятельно;  - уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;  - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров с помощью учителя;  - адекватно оценивать правильность выполнения действия и при помощи учителя вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;  - прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.</p>	<p>контролировать своё время и управлять им;  - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;  констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия;  -актуальный контроль на уровне произвольного внимания;  - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;  - прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.</p>	<p>своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;  - осуществлять познавательную рефлексию в отношении действий по решению учебных и познавательных задач;  - адекватно оценивать объективную трудность как меру фактического или предполагаемого расхода ресурсов на решение задачи;  - адекватно оценивать свои возможности достижения цели определённой сложности в различных сферах самостоятельной деятельности;  - основам саморегуляции эмоциональных состояний;  - прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.</p>
<p><b>Познавательные универсальные учебные действия</b></p>				
<p>Обучающийся научится:</p>				
<p>- передавать</p>	<p>-передавать содержание в</p>	<p>- проводить</p>	<p>- основам реализации</p>	<p>- основам реализации</p>

<p>содержание в сжатом виде;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- делать предложения об информации, об информации, которая нужна для решения предметной учебной задачи;</li> <li>- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;</li> <li>- давать определение понятиям;</li> <li>- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения.</li> </ul>	<p>сжатом, выборочном или развёрнутом виде;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- записывать выводы в виде правил «если...то...»;</li> <li>-- преобразуют модели с целью выявления общих законов, определяющих предметную область;</li> <li>- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;</li> <li>- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач при помощи учителя;</li> <li>- давать определение понятиям.</li> </ul>	<p>наблюдение и эксперимент под руководством учителя;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;</li> <li>- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач при помощи учителя;</li> <li>- давать определение понятиям;</li> <li>- осуществлять классификацию, при помощи учителя выбирая основания и критерии для указанной логической операции;</li> <li>- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий при помощи учителя.</li> </ul>	<p>проектно-исследовательской деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;</li> <li>- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;</li> <li>- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;</li> <li>- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий при помощи учителя;</li> <li>- давать определение понятиям;</li> <li>- устанавливать причинно-следственные связи при помощи учителя;</li> <li>- осуществлять классификацию, при помощи учителя выбирая основания и</li> </ul>	<p>проектно-исследовательской деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;</li> <li>- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;</li> <li>- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;</li> <li>- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</li> <li>- давать определение понятиям;</li> <li>- устанавливать причинно-следственные связи;</li> <li>- осуществлять классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанной логической операции;</li> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;</li> </ul>
---	--	---	--	--



			критерии для указанной логической операции; - структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий.	- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий.
<b>Обучающийся получит возможность научиться:</b>				
- передавать содержание в развернутом или выборочном виде; - проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя; - структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий при помощи учителя;	- предполагают, какая информация нужна для решения учебной задачи; - проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя; - создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; - осуществлять классификацию, при помощи учителя выбирая основания и критерии для указанной логической операции; - структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную	- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий при помощи учителя; - устанавливать причинно-следственные связи при помощи учителя; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-	- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; - устанавливать причинно-следственные связи; - осуществлять классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанной логической операции; - строить логическое рассуждение, включающее	- основам рефлексивного чтения; - ставить проблему, аргументировать её актуальность; - самостоятельно проводить исследование на основе применения методов наблюдения и эксперимента; - выдвигать гипотезы о связях и закономерностях событий, процессов, объектов; - организовывать исследование с целью проверки гипотез; - делать умозаключения (индуктивное и по аналогии) и выводы на основе аргументации

	<i>идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий при помощи учителя;</i>	<i>следственных связей; - структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;</i>	<i>установление причинно-следственных связей;</i>	
--	--	--	---	--

**Коммуникативные универсальные учебные действия**

**Обучающийся научится:**

<ul style="list-style-type: none"> <li>- оформлять мысли в устной и письменной речи с учетом речевых ситуаций;</li> <li>- организовывать учебное взаимодействие в группе;</li> <li>- уважительно относиться к позиции другого, пытаются договориться;</li> <li>- понимают точку зрения другого, слушают друг друга;</li> <li>- осуществлять взаимный контроль;</li> <li>- владеть устной и письменной речью;</li> <li>— устанавливать рабочие отношения;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- отстаивать точку зрения, аргументируя её, подтверждая фактами;</li> <li>- организовывать учебное взаимодействие в группе;</li> <li>-взглянуть на ситуацию с иной позиции и договориться с людьми иных позиций;</li> <li>- принимать точку зрения другого;</li> <li>- строить конструктивные взаимоотношения со сверстниками;</li> <li>- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- формулировать собственное мнение и позицию;</li> <li>- аргументировать свою точку зрения;</li> <li>- задавать вопросы;</li> <li>- осуществлять взаимный контроль;</li> <li>- адекватно использовать речь для планирования своей деятельности;</li> <li>- владеть устной и письменной речью;</li> <li>- осуществлять контроль, коррекцию,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать;</li> <li>- устанавливать и сравнивать разные точки зрения;</li> <li>- аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;</li> <li>- задавать вопросы, необходимые для организации</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</li> <li>- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;</li> <li>- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;</li> </ul>
---	--	--	--	--

<p>-интегрироваться в группу сверстников;</p>	<p>речевых ситуаций;  -взглянуть на ситуацию с иной позиции и договориться с людьми иных позиций;  - осуществлять взаимный контроль;  - адекватно использовать речь для своей деятельности;  - владеть устной и письменной речью;  — устанавливать рабочие отношения;  -интегрироваться в группу сверстников;</p>	<p>оценку действий партнёра;  — устанавливать рабочие отношения;  -интегрироваться в группу сверстников;  - основам коммуникативной рефлексии;</p>	<p>собственной деятельности;  - осуществлять взаимный контроль;  - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;  - владеть устной и письменной речью;  - строить монологическое контекстное высказывание;  - организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками;  - осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра;  - работать в группе — устанавливать рабочие отношения;  -интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками;  -основам коммуникативной</p>	<p>- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;  - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;  - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;  - владеть устной и письменной речью;  - строить монологическое контекстное высказывание;  - организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия, планировать общие способы работы;  - осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;  - работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и</p>
---	---	--	--	---

			рефлексии;	способствовать продуктивной кооперации; - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - основам коммуникативной рефлексии; - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; - отображать в речи (описание, объяснение) содержание совершаемых действий как в форме громкой социализированной речи, так и в форме внутренней речи.
--	--	--	------------	--

**Обучающийся получит возможность научиться:**

- отстаивать точку зрения, аргументируя её, подтверждая фактами; - принимать точку зрения другого; - строить конструктивные взаимоотношения со сверстниками; - взглянуть на ситуацию с иной	- слушать других, пытаются принять другую точку зрения, готовы изменить свою точку зрения; - понимать точку зрения другого; - высказывают свою точку зрения и пытаются её обосновать; - организовывать	- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать; - устанавливать и сравнивать разные точки зрения; - аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию не враждебным для	- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; - устанавливать и сравнивать разные	- учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей, в сотрудничестве; - учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию; - понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
--	---	---	---	--

<p>позиции и договориться с людьми иных позиций;</p>	<p>учебное взаимодействие в группе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- критично относится к своему мнению;</li> <li>- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности;</li> <li>- адекватно использовать речь для планирования своей деятельности;</li> </ul>	<p>оппонентов образом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности;</li> <li>- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;</li> <li>- строить монологическое контекстное высказывание;</li> <li>- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками;</li> <li>— устанавливать рабочие отношения;</li> <li>-интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками;</li> </ul>	<p>точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;</li> <li>- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</li> <li>- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;</li> <li>- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия, планировать общие</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- продуктивно разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников, поиска и оценки альтернативных способов разрешения конфликтов;</li> <li>- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;</li> <li>- брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство);</li> <li>- оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;</li> <li>-осуществлять коммуникативную рефлексию как осознание оснований собственных действий и действий партнёра;</li> <li>- в процессе коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;</li> <li>- вступать в диалог, а также</li> </ul>
--	--	--	---	---

			<p>способы работы;</p> <p>- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;</p> <p>- работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации;</p> <p>- интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;</p> <p>- устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений</p>	<p>участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;</p> <p>- следовать морально - этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к партнёрам, внимания к личности другого, адекватного межличностного восприятия, готовности адекватно реагировать на нужды других, в частности оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнёрам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;</p> <p>- устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;</p>
--	--	--	--	---

					- в совместной деятельности чётко формулировать цели группы и позволять её участникам проявлять собственную энергию для достижения этих целей.
<b>Предметные результаты.</b>					
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>					
<b>Основы комплексной безопасности</b>					
<b>Обучающийся научится:</b>					
- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности (загрязнение воды, воздуха, суши); -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	- 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; - 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	- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре; -безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре; - безопасно применять первичные средства пожаротушения; - использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде; -оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации.	классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности; - использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве; - использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов; - классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания; -безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды	классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности; - использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве; - использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов; - классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания; -безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды	

<p>криминогенного характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;</li> <li>- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;</li> <li>- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;</li> <li>- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;</li> <li>- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;</li> <li>- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;</li> <li>- безопасно применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>- соблюдать правила безопасности дорожного движения</li> </ul>	<p>ориентироваться на местности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;</li> <li>- добывать и очищать воду в автономных условиях;</li> <li>- добывать и готовить пищу в автономных условиях; соорудить (обустроить) временное жилище в автономных условиях;</li> <li>- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;</li> <li>- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации.</li> </ul>		<p>использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- безопасно использовать бытовые приборы;</li> <li>- безопасно использовать средства бытовой химии;</li> <li>- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;</li> <li>- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;</li> <li>- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;</li> <li>- безопасно применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;</li> <li>- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации.</li> </ul>	<p>и продуктов питания;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- безопасно использовать бытовые приборы;</li> <li>- безопасно использовать средства бытовой химии;</li> <li>- безопасно использовать средства коммуникации;</li> <li>- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;</li> <li>- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;</li> <li>- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;</li> <li>- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;</li> <li>- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;</li> <li>- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в</li> </ul>
--	--	--	--	---



<p>пешехода;  - соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;  - 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;  - оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации.</p>				<p>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 велосипедиста;  - соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;  - классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных</p>
--	--	--	--	--

				<p>ситуаций на воде;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;</li> <li>- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;</li> <li>- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;</li> <li>- готовиться к туристическим походам;</li> <li>- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;</li> <li>- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;</li> <li>- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;</li> <li>- добывать и очищать воду в автономных условиях;</li> <li>- добывать и готовить пищу в автономных условиях;</li> <li>сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;</li> <li>- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;</li> <li>- классифицировать и характеризовать основные</li> </ul>
--	--	--	--	--

				<p>положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;</li> <li>- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;</li> <li>- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;</li> <li>- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации.</li> </ul>
<b>Обучающийся получит возможность научиться:</b>				
<p>- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;</li> <li>- владеть основами</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;</li> <li>- готовиться к туристическим поездкам;</li> <li>- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;</li> <li>- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;</li> <li>- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;</li> <li>- готовиться к туристическим поездкам;</li> <li>- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;</li> </ul>

<p>самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для</p>	<p>- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для</p>	<p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства личной безопасности;</p> <p>- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности</p>	<p>познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства</p>	<p>- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах скопления людей;</p> <p>- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;</p> <p>- безопасно вести и применять права покупателя;</p> <p>- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p>
---	--	---	--	---

<p>предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;</p> <p>- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>доказательства предположений обеспечения личной безопасности;</p> <p>- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>жизнедеятельности.</p>	<p>предположений обеспечения личной безопасности;</p> <p>- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;</p> <p>- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>
---	--	---------------------------	---	---

**Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

**Обучающийся научится:**

<p>-безопасно использовать средства индивидуальной защиты;</p> <p>-безопасно использовать средства индивидуальной защиты.</p>	<p>- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;</p> <p>- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;</p> <p>- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.</p>	<p>-характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;</p> <p>- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;</p> <p>- классифицировать мероприятия по</p>	<p>- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;</p> <p>- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;</p> <p>-предвидеть опасности и правильно</p>	<p>характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;</p> <p>- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;</p> <p>- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;</p> <p>- безопасно использовать</p>
---	--	--	--	---

		защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера; -безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»; -комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации.	действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера; - классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера; -безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»; -безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации.	средства индивидуальной защиты; - характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства; - предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера; - классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера; - безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»; - безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации.
<b>Обучающийся получит возможность научиться:</b>				
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в	- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в	- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в	- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в	- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной

<p>учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений</p>	<p>учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений</p> <p>- творчески решать моделируемые ситуации</p>	<p>учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений</p>	<p>учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для</p>	<p>деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</p> <p>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;</p> <p>- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>
--	--	--	---	--

<p>обеспечения личной безопасности; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>обеспечения личной безопасности; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>доказательства предположений обеспечения личной безопасности; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	
<p><b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b></p>				
<p><b>Обучающийся научится:</b></p>				
<p>- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников.</p>	<p>- 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.</p>		<p>- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;</p>	<p>- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства; -классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма; - 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</p>



				(попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников.
<b>Обучающийся получит возможность научиться:</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать последствия проявления терроризма;</li> <li>- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность;</li> <li>- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</li> <li>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма;</li> <li>- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность;</li> <li>- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</li> <li>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма;</li> <li>- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность;</li> <li>- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</li> <li>- использовать для решения коммуникативных</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;</li> <li>- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность;</li> <li>- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</li> <li>- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</li> <li>- усваивать приемы действий в различных</li> </ul>

<i>жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных; - усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.</i>	<i>различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных; - усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.</i>		<i>задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных; - усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.</i>	<i>опасных и чрезвычайных ситуациях.</i>
---	---	--	--	--

## **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### **Основы здорового образа жизни**

#### **Обучающийся научится:**

- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства; - планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья; адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; - выявлять мероприятия и факторы,	- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства; - планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья; - выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья.	- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства; - планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья; адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; - планировать распорядок дня с	- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства; - классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие здоровье; - планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья; адекватно оценивать	- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства; - классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; - планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья; адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; - планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
--	--	---	--	---

<p>потенциально опасные для здоровья; -безопасно использовать ресурсы интернета.</p>		<p>учетом нагрузок; -выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья.</p>	<p>нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья.</p>	<p>- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья; - безопасно использовать ресурсы интернета; анализировать состояние своего здоровья.</p>
<p><b>Обучающийся получит возможность научиться:</b></p>				
<p>- 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</p>	<p>- 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</p>	<p>- 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</p>	<p>- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка; - 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; - использовать для</p>	<p>- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка; - 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; - использовать для</p>

<p>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; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>ситуациях; исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>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; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных; - усваивать приемы действий в различных чрезвычайных ситуациях; исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>	<p>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; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</p>
--	---	--	--	---

<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>				
<b>Обучающийся научится:</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;</li> <li>- оказывать первую помощь при наружном кровотечении.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;</li> <li>- классифицировать средства оказания первой помощи;</li> <li>- оказывать первую помощь при ушибах;</li> <li>- оказывать первую помощь при растяжениях;</li> <li>- оказывать первую помощь при вывихах;</li> <li>- оказывать первую помощь при ожогах;</li> <li>- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;</li> <li>- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;</li> <li>- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;</li> <li>- оказывать первую помощь при переломах.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;</li> <li>- оказывать первую помощь при ожогах;</li> <li>- оказывать первую помощь при отравлениях.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определять состояния оказания неотложной помощи;</li> <li>- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;</li> <li>- классифицировать средства оказания первой помощи;</li> <li>- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;</li> <li>- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;</li> <li>- оказывать первую помощь при ушибах;</li> <li>- оказывать первую помощь при растяжениях;</li> <li>- оказывать первую помощь при вывихах;</li> <li>- оказывать первую помощь при переломах;</li> <li>- оказывать первую помощь при ожогах;</li> <li>- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;</li> <li>- оказывать первую помощь при отравлениях;</li> <li>- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;</li> </ul>

				- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.
<b>Обучающийся получит возможность научиться:</b>				
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности; - классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.	- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности; - классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи; - творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.	- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности; - оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях; - усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; -исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности,	- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности; - классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи; - оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях; - усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; -исследовать различные ситуации в повседневной	- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности; - классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи; - оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях; - оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности; - оказывать первую помощь при коме; - оказывать первую помощь при поражении электрическим током; - использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности

		<p><i>опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;</i></p> <p><i>- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</i></p>	<p><i>жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;</i></p> <p><i>- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</i></p>	<p><i>жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</i></p> <p><i>- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</i></p> <p><i>- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;</i></p> <p><i>- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</i></p>
--	--	--	---	--

**Содержание учебного предмета основы безопасности жизнедеятельности**

**5 класс**

**Основы безопасности личности, общества и государства.**

**Личная безопасность в повседневной жизни.**

**Особенности города как среды обитания человека.**

Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в опасных ситуациях.

**Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).** Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана,

«Скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

#### **Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).**

Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация).

Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

**Пожар.** Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

**Затопление квартиры.** Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

**Электричество.** Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

**Опасные вещества и продукты питания.** Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

**Взрыв и обрушение дома.** Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

**Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).** Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

**Опасность толпы.** Чем опасна толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

**Собака бывает кусачей.** Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

#### **Безопасность на дорогах и транспорте**

**Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.** Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины Дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.

**Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.** Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.



### **Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.**

Особенности видов городского общественного транспорта и характеристика основных типов аварийных ситуаций на них. Правила безопасного поведения в автобусе (в случае аварии), троллейбусе и трамвае (при нахождении под током). Зоны опасности в метрополитене, их характеристика. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (остановке в туннеле, падении на пути и т. п.). Правила безопасного поведения пассажира автомобиля во время поездки, при неизбежном столкновении.

**Железнодорожный транспорт.** Характеристика железно- дорожного транспорта. Опасные зоны железнодорожного транспорта. Правила поведения на железнодорожном транспорте (во время ожидания и движения поезда). Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде.

**Авиационный транспорт.** Характеристика авиационного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

**Морской и речной транспорт.** Характеристика водного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила эвакуации с судна. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Правила посадки на спасательное средство (шлюпку, надувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

### **Опасные ситуации социального характера**

**Психологические основы самозащиты.** Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

**Ситуации криминогенного характера в доме(квартире) и подъезде.** Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть(взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

**Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.** Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдная окраина города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

**Как избежать опасных домогательств.** Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

**Правила поведения при захвате в заложники.** Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

## **Загрязнение среды обитания**

Современная экологическая ситуация в мире (уничтожение лесов, загрязнение воды, разрушение озонового слоя). Почему важно охранять природу.

**Загрязнение воды.** Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

**Загрязнение воздуха.** Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

**Загрязнение почвы.** Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

### **Средства индивидуальной защиты органов дыхания**

**Фильтрующие противогазы.** Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП\_7, ГП\_7В, ПДФ\_2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение. Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

### **Оказание первой помощи и здоровый образ жизни**

#### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

**Виды ранений, их причины и первая помощь.** Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

**Общая характеристика кровотечений.** Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

**Первая помощь при кровотечении.** Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

#### **Основы здорового образа жизни**

**Движение и здоровье.** Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

**Нарушения осанки и причины их возникновения.** Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

**Телевизор и компьютер — друзья или враги?** Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

#### **Развитие и изменение организма в вашем возрасте.**

Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

**Физическое и нравственное взросление человека.** Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления.

**6 класс**

## **Основы безопасности личности, общества и государства**

### **Экстремальные ситуации в природных условиях**

**Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.** Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климатогеографических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.

#### **Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.**

Причины, влияющие на поведение человека, — факторы выживания. Группы факторов выживания: личностные, природные, материальные, пост природные. Понятие о стрессорах выживания. Различные стрессоры и способы их побороть.

**Психологические основы выживания в природных условиях.** Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

**Страх — главный психологический враг.** Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния. Способы побороть страх. Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли.

#### **Подготовка к походу и поведение в природных условиях.**

Основные способы избежать экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к походу: обеспечение безопасности, распределение обязанностей, продуктов и снаряжения, выбор маршрута. Правила безопасного поведения на природе: соблюдение дисциплины, передвижение группой, внимательность, бережное отношение к природе, соблюдение границ полигона, поиск и запоминание ориентиров.

**Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности.** Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью (проветривание и просушивание) в походе. Особенности подготовки к походу в зимнее время.

**Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.** Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Правила поведения в случае аварии самолета или автомобиля, при стихийном бедствии. Принятие решения двигаться к населенному пункту или оставаться на месте. Правила безопасного поведения: оборудование аварийного лагеря, назначение командира, распределение обязанностей, предотвращение конфликтов.

**Действия при потере ориентировки.** Основные правила поведения в случае, когда человек заблудился. Как вспомнить пройденный путь, оценить расстояние до источников звука и света, воспользоваться маркировкой маршрутов. Чего нельзя делать, если вы

заблудились. Определение направления по встреченным дорогам и тропам, ручьям и рекам. Выход к населенному пункту в зимнее время по лыжне. Определение направления выхода при отставании в походе от группы.

**Способы ориентирования и определение направления движения.** Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров.

**Техника движения в природных условиях.** Правила безопасного движения по склонам холмов и гор, вдоль ручья. Способы переправы через реку. Особенности передвижения в зимнее время: по снегу, руслу замерзших рек, по льду. Преодоление заболоченных участков.

**Сооружение временного жилища, добывание и использование огня.** Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время (шалаш, навес, иглу). Особенности укрытий в горах. Выбор места и правила разведения костра (в том числе в ненастную погоду зимнее время). Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.

**Обеспечение питанием и водой.** Чувство голода и обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.

**Поиск и приготовление пищи.** Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре корней и клубней, рыбы, мелких животных. Основные правила рыбалки.

**Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.**

Подготовка к лыжным походам: тренировки, выбор одежды и обуви, группового снаряжения. Правила безопасного поведения в водном походе. Подготовка к велосипедному походу, основные правила безопасности.

**Безопасность на водоемах.** Виды опасности на воде. Правила безопасного поведения на зимних водоемах (при передвижении по льду). Правила безопасного поведения на водоемах летом (при купании).

**Сигналы бедствия.** Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

### **Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме**

**Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.** Понятие о дальнем и международном туризме. Факторы, влияющие на его безопасность (заболевания, травматизм, стихийные бедствия, политическая ситуация в стране пребывания и др.).

**Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.** Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Рекомендации по адаптации к смене часовых поясов и климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера.

### **Безопасность в чрезвычайных ситуациях**

### **Коллективные и индивидуальные средства защиты.**

Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.

**Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.** Правила безопасного поведения при захвате. Порядок действий во время операции по освобождению заложников.

**Взрывы в местах массового скопления людей.** Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него.

### **Оказание первой помощи и здоровый образ жизни**

#### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

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

**Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.** Укусы насекомых и их последствия для организма человека. Оказание первой помощи при укусах ядовитого насекомого. Как уберечься от укуса клеща и вызываемого им энцефалита. Признаки укуса ядовитой змеей и правила оказания первой помощи укушенному. Меры предосторожности от укусов ядовитых змей.

**Первая помощь при ожогах.** Термический ожог. Степени ожогов и их признаки. Первая помощь при ожогах кожи. Солнечный ожог, его признаки и первая помощь при нем.

**Тепловой и солнечный удар.** Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры предупреждения их наступления.

**Обморожение и общее охлаждение организма.** Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении. **Беда на воде.** Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой помощи при утоплении.

**Закрытые травмы.** Понятие о травме. Виды закрытых травм (ушиб, растяжение, разрыв, вывих, перелом, сдавление). Причины, вызывающие каждый вид травмы, признаки травм и оказание первой помощи.

**Способы переноски пострадавших.** Способы переноски (на шесте, носилках, в рюкзаке и др.). Изготовление переносных приспособлений.

#### **Основы здорового образа жизни**

**Правильное питание — основа здорового образа жизни.** Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Калорийность продуктов питания. Суточная потребность человека в калориях. Соотношение расхода энергии к потребляемым калориям, избыток и недостаток их в рационе. Сбалансированное питание.

#### **Значение белков, жиров и углеводов в питании человека.**

Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащие их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники

витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.

**Гигиена и культура питания.** Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета.

**Особенности подросткового возраста.** Развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения. Взаимоотношения с родителями.

### 7 класс

#### **Основы безопасности личности, общества и государства**

**Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.** Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

#### **Землетрясения. Из истории землетрясений**

##### **Происхождение и классификация землетрясений.**

Понятие о землетрясении. Сейсмические пояса и сейсмически активные районы. Понятие об очаге и эпицентре землетрясения. Причины возникновения землетрясений и их последствия. Классификация землетрясений по происхождению. Отслеживание землетрясений с помощью сейсмографа.

**Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь.** Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясений. Оценка землетрясений по шкале Рихтера и шкале Меркалли. Типичные проявления землетрясений и уровень разрушений при различных величинах магнитуды и интенсивности. Типичные последствия землетрясений, их характеристика. Меры по снижению ущерба от землетрясений.

**Правила безопасного поведения при землетрясениях.** Основные причины несчастных случаев при землетрясениях. Меры по предотвращению повреждений или уменьшению их тяжести. Признаки приближающегося землетрясения. Действия при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время него и после: на улице, в школе, в доме (квартире). Правила безопасного поведения в случае попадания в завал.

#### **Вулканы. Из истории извержения вулканов.**

**Общее понятие о вулканах.** Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумаролы. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи.

##### **Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов.**

Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.

**Оползни, сели, обвалы и снежные лавины. Общие условия возникновения оползней, селей, обвалов и лавин. Зоны повышенной опасности на территории России.**

**Оползни.** Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней.

**Сели (селевые потоки).** Из истории селей. Понятие о селе. Причины образования селей, их характерные особенности и места возникновения. Классификация селей по составу солеобразующих пород, мощности и высоте истоков. Теплая и холодная зона селеопасных горных районов на территории России.

**Обвалы.** Из истории обвалов. Понятие об обвале. Причины, вызывающие обвалы. Классификация обвалов по мощности и масштабу. Разновидности обвалов и их характеристика.

**Снежные лавины.** Из истории лавин. Понятие о лавине. Характерные особенности лавин, места и причины их возникновения. Помощь поисковых собак в обнаружении засыпанных снегом людей.

**Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин.**

Основные поражающие факторы оползней, селей, обвалов и лавин, наносимый ими ущерб. Меры по предупреждению этих явлений и снижению потерь от них. Правила безопасности для населения, проживающего в опасных районах.

**Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины и во время него. Действия, способствующие безопасному выходу из зоны стихийного бедствия.

**Ураганы, бури, смерчи. Из истории ураганов, бурь, смерчей.**

**Происхождение ураганов, бурь и смерчей.** Шкала Бофорта и измерение скорости воздушных масс. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Понятие о циклонах и их характеристика. Области зарождения тропических циклонов.

**Классификация ураганов, бурь и смерчей.** Понятие об урагане. Классификация ураганов по скорости ветра. Происхождение ураганов и причиняемые ими разрушения. Понятие о буре. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц и скорости ветра. Понятие о смерче. Классификация смерчей по происхождению, строению, времени действия и охвату пространства.

**Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей и наносимый ими ущерб. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей.

**Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.** Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Подходящие укрытия. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча и после них.

**Наводнения. Из истории наводнений.**

**Виды наводнений.** Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу. Виды наводнений по причинам возникновения и их характеристика.

**Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы наводнений и наносимый ими ущерб. Радикальные средства защиты и оперативные предупредительные меры по снижению потерь от наводнений.

**Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.** Правила безопасного поведения при заблаговременном

оповещении о наводнении. Действия в случае внезапного наводнения и правила самоэвакуации. Правила безопасного поведения после наводнения.

### **Цунами. Из истории цунами.**

**Причины и классификация цунами.** Понятие о цунами. Классификация цунами по причинам возникновения и интенсивности.

**Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы цунами и последствия их воздействия. Предупредительные меры по снижению потерь среди населения. Признаки приближения цунами. Меры по уменьшению ущерба от цунами.

**Правила безопасного поведения при цунами.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами. Рекомендуемые и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами.

### **Природные пожары. Из истории лесных пожаров**

**Причины природных пожаров и их классификация.**

Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика.

**Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение.** Основные поражающие факторы природных пожаров и последствия их воздействия. Способы тушения природных пожаров. Меры по предупреждению природных пожаров. Запрещенные действия в лесу в пожароопасный сезон.

**Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении.** Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара или около нее. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу.

### **Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений. Из истории инфекционных заболеваний.**

**Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.** Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений.

**Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.** Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

### **Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера**

**Человек и стихия.** Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию.

**Характер и темперамент.** Понятие о темпераменте. Типы темперамента и их характеристика. Понятие о характере. Влияние темперамента и характера на действия в чрезвычайной ситуации.

**Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.** Особенности психологических процессов во время стихийных бедствий. Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику неподготовленного человека. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.



## **Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи**

### **Наложение повязок и помощь при переломах**

**Правила наложения повязок.** Разновидности повязок и их характеристика. Индивидуальный пакет первой помощи. Общие правила наложения повязок. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, грудь.

**Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.** Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов, первая помощь при травме кости. Способы наложения шин. Принципы и способы транспортировки пострадавших. Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

### **Основы здорового образа жизни**

#### **Режим учебы и отдыха подростка**

**Режим — необходимое условие здорового образа жизни.** Понятие о режиме. Формирование навыков здорового образа жизни. Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

**Профилактика переутомления и содержание режима дня.** Понятия о режиме дня и бюджете времени. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Активный отдых, сон и рациональное питание. Трудовая деятельность школьников. Основные принципы и содержание режима дня подрост\_ков. Рекомендации по повышению эффективности самоподготовки.

## **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 техно\_генного 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 чело\_ века. 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 следствие 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 чрезвычайных ситуациях 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: удушающего действия; общеядовитого действия; удушающего и общеядовитого действия; нейротропного действия; удушающего и нейротропного действия. Первая помощь при поражении метаболическими 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 анти\_септике 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 по\_страдавшего 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 подростков**

**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.

#### **6. Тематическое планирование**

	<b>5 класс</b>	<b>Кол-во часов</b>
	Раздел, Тема	
	<b>Основы безопасности личности, общества и государства (27ч)</b>	
	<b>Личная безопасность в повседневной жизни (11ч)</b>	
1	Особенности города, как среды обитания человека. Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта)	1
2	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире)	1
3	Опасные факторы и причины пожаров.	1



4	Правила поведения во время пожара	1
5	Огнестойкость зданий и средства пожаротушения	1
6	Затопление квартиры	1
7	Электричество	1
8	Опасные вещества и продукты питания	1
9	Взрыв и обрушение дома. Безопасность в нестандартных ситуациях	1
10	Опасность толпы.	1
11	Собака бывает кусачей.	1
	<b>Безопасность на дорогах и на транспорте (7 ч)</b>	
12	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий	1
13	Общественный и городской транспорт	1
14	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров	1
15	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле	1
16	Железнодорожный транспорт	1
17	Авиационный транспорт	1
18	Морской и речной транспорт	1
	<b>Опасные ситуации социального характера (4 ч)</b>	
19	Психологические основы самозащиты	1
20	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде	1
21	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства	1
22	Правила поведения при захвате в заложники	1
	<b>Загрязнение среды обитания (3ч)</b>	
23	Загрязнение воды.	1
24	Загрязнение воздуха.	1
25	Загрязнение почвы	1
	<b>Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 ч)</b>	
26	Фильтрующие противогазы.	1
27	Пользование противогазом	1
	<b>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (8 ч)</b>	
	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч)</b>	
28	Виды ранений, их причины и первая помощь	1

29	Общая характеристика кровотечений	1
30	Первая помощь при кровотечении	1
	<b>Основы здорового образа жизни (5 ч)</b>	
31	Движение и здоровье	1
32	Нарушения осанки и причины их возникновения	1
33	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	1
34	Развитие и изменение организма в вашем возрасте	1
35	Физическое и нравственное взросление человека	1

	<b>6 класс</b>	<b>Кол-во часов</b>
	Раздел, Тема	
	<b>Основы безопасности личности, общества и государства (23 ч)</b>	
	<b>Экстремальные ситуации в природных условиях (18 ч)</b>	
1	Основные виды экстремальных ситуаций в природе	1
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях	1
3	Психологические основы выживания в природных условиях	1
4	Страх — главный психологический враг	1
5	Подготовка к походу	1
6	Поведения в природных условиях	1
7	Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности	1
8	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях	1
9	Действия при потере ориентировки	1
10	Способы ориентирования и определение направления движения	1
11	Техника движения в природных условиях	1
12	Сооружение временного жилища	1
13	Добывание и использование огня	1
14	Обеспечение питанием и водой	1
15	Поиск и приготовление пищи	1
16	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов	1
17	Безопасность на водоемах	1
18	Сигналы бедствия	1

	<b>Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме ( 2 ч)</b>	
19	Факторы, влияющие на безопасность туризма	1
20	Акклиматизация в различных природно- климатических условиях	1
	<b>Безопасность в чрезвычайных ситуациях (3 ч)</b>	
21	Коллективные и индивидуальные средства защиты	1
22	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств	1
23	Взрывы в местах массового скопления людей	1
	<b>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (12 ч)</b>	
	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (8 ч)</b>	
24	Средства оказания первой помощи	1
25	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей	1
26	Первая помощь при ожогах	1
27	Тепловой и солнечный удар	1
28	Обморожение и общее охлаждение организма	1
29	Беда на воде	1
30	Закрытые травмы. Способы переноски пострадавших	1
31	Стандартизированная работа за курс 6 класс	1
	<b>Основы здорового образа жизни (4 ч)</b>	
32	Правильное питание — основа здорового образа жизни	1
33	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека	1
34	Гигиена и культура питания	1
35	Особенности подросткового возраста	1

<b>7 класс</b>		
№ п/п	Раздел, Тема	
<b>Основы безопасности личности, общества и государства (30 ч)</b>		
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация	1
<b>Землетрясения (3 ч)</b>		
2	Происхождение и классификация землетрясений	1
3	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь	1
4	Правила безопасного поведения при землетрясениях	1
<b>Вулканы (2 ч)</b>		
5	Общее понятие о вулканах	1
6	Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов	1
<b>Оползни, сели, обвалы и снежные лавины (6 ч)</b>		
7	Оползни	1
8	Сели (селевые потоки)	1
9	Обвалы	1
10	Снежные лавины	1
11	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин	1
12	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин	1
<b>Ураганы, бури, смерчи(4 ч)</b>		
13	Происхождение ураганов, бурь и смерчей	1
14	Классификация ураганов, бурь и смерчей	1
15	Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	1
16	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	1
<b>Наводнения(3 ч)</b>		
17	Виды наводнений	1
18	Последствия наводнений, меры по уменьшению ущерба	1
19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений	1

	<b>Цунами (3 ч)</b>	
20	Причины и классификация цунами	1
21	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них	1
22	Правила безопасного поведения при цунами	1
	<b>Природные пожары (3 ч)</b>	
23	Причины природных пожаров и их классификация	1
24	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение	1
25	Правила безопасного поведения в зоне лесного пожара	1
	<b>Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений (2 ч)</b>	
26	Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии	1
27	Защита от инфекционных заболеваний	1
	<b>Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера (3 ч)</b>	
28	Человек и стихия	1
29	Характер и темперамент	1
30	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	1
31	Правила наложения повязок	1
32	Первая помощь при переломах. Переноска пострадавших	1
33	Стандартизированная работа за курс 7 класса	1
	<b>Основы здорового образа жизни (2 ч)</b>	
	<b>Режим учебы и отдыха подростка (2 ч)</b>	
34	Режим — необходимое условие здорового образа жизни	1
35	Профилактика переутомления и содержание режима дня	1

	<b>8 класс</b>	
№ п/п	Раздел, Тема	
	<b>Основы безопасности личности, общества и государства (27ч)</b>	
	<b>Производственные аварии и катастрофы (2 ч)</b>	
1	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация	1
2	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них	1
	<b>Взрывы и пожары (7 ч)</b>	
3	Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах	1
4	Общие сведения о взрыве и пожаре	1
5	Классификация пожаров	1
6	Причины пожаров и взрывов, их последствия	1
7	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов	1
8	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах	1
9	Пожары и паника	1
	<b>Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ (5 ч)</b>	
10	Виды аварий на химически опасных объектах	1
11	Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека	1
12	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах	1
13	Защита населения от аварийно химически опасных веществ	1
14	Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ	1
	<b>Аварии с выбросом радиоактивных веществ (5 ч)</b>	
15	Радиация вокруг нас	1
16	Аварии на радиационно опасных объектах	1
17	Последствия радиационных аварий	1
18	Правила безопасного поведения при радиационных авариях.	1
19	Защита от радиационных аварий	1

	<b>Гидродинамические аварии (2 ч)</b>	
20	Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия	1
21	Защита от гидродинамических аварий	1
	<b>Чрезвычайные ситуации на транспорте (2 ч)</b>	
22	Автомобильные аварии и катастрофы	1
23	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов	1
	<b>Чрезвычайные ситуации экологического характера (4 ч)</b>	
24	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека	1
25	Изменение состава атмосферы (воздушной среды)	1
26	Изменение состояния гидросферы (водной среды)	1
27	Изменение состояния суши (почвы) Нормативы предельно допустимых воздействий на природу	1
	<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (5 ч)</b>	
28	Первая помощь при массовых поражениях	1
29	Стандартизированная работа за курс 8 класса	1
30	Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами	1
31	Первая медицинская помощь при ожогах химическими веществами.	1
32	Первая помощь при бытовых отравлениях	1
	<b>Основы здорового образа жизни (3 ч)</b>	
33	Физическая культура и закаливание	1
34	Физическая культура и закаливание	1
35	Семья в современном обществе	1

	<b>9 класс</b>	
№ п/п	Раздел, Тема	
	<b>Основы безопасности личности, общества и государства (12 ч) Современный комплекс проблем безопасности (5 ч)</b>	
1	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства	1
2	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации	1
3	Международный терроризм как угроза национальной безопасности	1
4	Наркотизм и национальная безопасность	1
5	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности	1
	<b>Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (2 ч)</b>	
6	Цели, задачи и структура РСЧС	1
7	Режимы функционирования, силы и средства РСЧС	1
	<b>Международное гуманитарное право (3 ч)</b>	
8	Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм	1
9	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала	1
10	Защита военнопленных и гражданского населения	1
	<b>Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (2 ч)</b>	
11	Защита от мошенников. Безопасное поведение девушек	1
12		1
12	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций	1
	<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (8 ч)</b>	
	<b>Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч)</b>	
13	Причины травматизма и пути их предотвращения	1
14	Безопасное поведение дома и на улице	1
15	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом	1



	<b>Основы медицинских знаний (5 ч)</b>	
16	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика	1
17	Травмы головы, позвоночника и спины	1
18	Экстренная реанимационная помощь	1
19	Остановка сердца и прекращение дыхания.	1
20	Основные неинфекционные заболевания	1
	<b>Основы здорового образа жизни (14 ч)</b>	
	<b>Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч)</b>	
21	Здоровье человека	1
22	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления	1
23	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье	1
	<b>Личная гигиена(3 ч)</b>	
24	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды	1
25	Гигиена питания и воды	1
26	Гигиена жилища и индивидуального строительства	1
	<b>Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч)</b>	
27	Физиологическое и психологическое развитие подростков	1
28	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции	1
29	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях	1
30	Суицидальное поведение в подростковом возрасте	1
	<b>Факторы, разрушающие здоровье человека (4 ч)</b>	
31	Употребление табака	1
32	Употребление алкоголя	1
33	Наркомания и токсикомания	1
34	Заболевания, передающиеся половым путем	1

