


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Ревякинская средняя школа»
Ясногорского района Тульской области

УТВЕРЖДЕНО
на заседании педагогического совета
(протокол № 1 от 28 августа 2015 г.,
приказ МОУ «Ревякинская средняя школа»
от 01.09.2015 № 58/20)
Директор:  Ю.В. Истратова



Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Ревякинская средняя школа»
Ясногорского района Тульской области

УТВЕРЖДЕНО

на заседании педагогического совета
(протокол № 1 от 28 августа 2015 г.,
приказ МОУ «Ревякинская средняя школа»
от 01.09.2015 № 58/20)

Директор:

Ю.В. Истратова

Рабочая программа по ОБЖ

6-9 классы

Учитель: Михеева Тамара Николаевна

2015 - 2016 учебный год

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности 6-9 классы» составлена на основе примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности (М.: «Просвещение», 2011), авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» автор А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников (М.: Просвещение, 2011) и в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» от 5 марта 2004 г. № 1089) (М.: Дрофа, 2007).

Данная рабочая программа соответствует учебному плану МОУ «Ревякинская средняя школа» (осуществление образовательной деятельности по адресу Ясногорский р-н, д. Федяшево, ул. Учительская, д. 6), составленному на основе базисного учебного плана для ОУ Тульской области, реализующих программы общего образования, утвержденного приказом департамента образования Тульской области от 05.06.2006 г № 626, с изменениями, внесенными приказом департамента образования Тульской области от 24.06.2011 № 477. Срок реализации программы: 4 года.

Уровень программы: основное общее образование.

Уровень изучения учебного материала: общеобразовательный.

2. Общая характеристика учебного курса, предмета, дисциплины (модуля).

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека и государства. В Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года отмечено: «В условиях глобализации процессов мирового развития, международных политических и экономических отношений, формирующих новые угрозы и риски для развития личности, общества и государства, Россия в качестве гаранта благополучного национального развития переходит к новой государственной политике в области национальной безопасности». Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения.

В рабочей программе реализованы требования федеральных законов «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О безопасности дорожного движения», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне».

Содержание программы выстроено по следующим линиям: обеспечение личной безопасности в повседневной жизни, оказание первой медицинской помощи, основы безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях. Предлагаемый объем содержания является достаточным для формирования у обучающихся на второй ступени образовательной школы основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

В ходе изучения предмета обучающиеся получают знания о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера и их последствиях и мероприятиях проводимых государством по защите населения. Большое значение придается также формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим.

3. Описание места учебного курса, предмета, дисциплины (модуля).

Федеральный базисный (образовательный) учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации предусматривает обязательное изучение курса ОБЖ на этапе основного общего образования в объеме 139 часов, в том числе в 6 классе – 35 часов (1 час в неделю), в 7 класс – 35 часов (1 час в неделю), в 8 классе – 35 часов (1 час в неделю), в 9 классе – 34 часа (1

час в неделю).

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного курса, предмета, дисциплины (модуля).

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на ступени основного общего образования направлено на достижение следующих целей:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- развитие качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- овладение умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Предмет ОБЖ на ступени основного общего образования нацелен на формирование у обучающихся:

- культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимания роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимания необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимания необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знаний основных факторов проявления опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства и умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, быть готовым проявить предосторожность в ситуациях неопределенности;
- знаний и умений применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую помощь пострадавшим;
- умения принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- основ проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

5. Результаты освоения учебного курса, предмета, дисциплины (модуля).

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен:

знать/понимать:

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;

- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров транспортных средств и велосипедистов);

уметь:

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, обморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу "Внимание всем!", комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
 - соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;
 - пользования бытовыми приборами и инструментами;
 - проявления бдительности, безопасного поведения при угрозе террористического акта;
 - обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи;
 - соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров транспортных средств и велосипедистов);
- адекватно оценивать ситуацию на проезжей части и тротуаре с точки зрения пешехода и (или) велосипедиста;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира транспортного средства и (или) велосипедиста в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей).

В результате изучения курса ОБЖ в **6 классе** обучающиеся должны:

Знать/понимать:

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: правила безопасного поведения до и время опасных природных явлений; меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

Уметь:

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

В результате изучения курса ОБЖ в **7 классе** обучающиеся должны:

знать/понимать

- чрезвычайные ситуации природного характера;
- чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины);
- чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи);
- чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнение, сели, цунами);
- чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии);
- защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населения по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

В результате изучения курса ОБЖ в **8 классе** обучающиеся должны:

знать/понимать

- о промышленных авариях и катастрофах, потенциально опасных объектах;
- правила безопасного поведения при пожарах и взрывах;
- о химически опасных объектах производства, аварийно-химических опасных веществах;
- правила безопасного поведения при авариях с выбросом опасных химических веществ;
- правила безопасного поведения при радиационных авариях;
- правила безопасного поведения при угрозе и в ходе наводнения при гидродинамической аварии;
- правила безопасного поведения в случае нарушения экологического равновесия;
- опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения.

уметь:

- использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности;
- предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления;
- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

В результате изучения курса ОБЖ в **9 классе** обучающиеся должны:

знать/понимать:

- правила безопасного поведения на улицах и дорогах;
- правила пожарной безопасности и поведения при пожарах;
- правила безопасного поведения на воде;
- возможные аварийные ситуации в жилище (образовательном учреждении), причины их возникновения и правила поведения;
- различные опасные и аварийные ситуации, возникающие в общественном транспорте, и правила безопасного поведения;
- правила поведения в криминогенных ситуациях;
- правила поведения на природе;
- правила поведения при нарушении экологического равновесия в местах проживания;
- возможные чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для данного района, способы оповещения о них и правила безопасного поведения;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС
- основное предназначение, структуру и задачи ГО, основные мероприятия ГО по защите

населения от последствий чрезвычайных ситуаций;

- основные хронические инфекционные заболевания, их причины и связь с образом жизни;
- инфекционные заболевания и основные принципы их профилактики;
- основные правила поведения для профилактики травм в повседневной жизни дома, на улице, в школе и при занятиях спортом.

уметь/владеть навыками:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- в использовании первичных средств пожаротушения и пожарно-технического вооружения при возникновении пожара;
- в оказании помощи терпящим бедствие на воде;
- в определении сторон горизонта, в движении по азимуту, в разведении костра и приготовлении пищи на костре;
- в выполнении мероприятий ГО по защите от ЧС мирного и военного времени, в использовании индивидуальных средств защиты;
- в приёмах оказания первой медицинской помощи при остановке сердца, кровотечениях, растяжениях, укусах насекомых, при тепловом и солнечном ударах, обморожении;

обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

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

6. Содержание тем учебного курса, предмета, дисциплины (модуля).

6 класс

Раздел I. Безопасность человека в природных условиях

1. Подготовка к активному отдыху на природе

Природа и человек. Общение с живой природой — естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре.

Определение необходимого снаряжения для похода.

2. Активный отдых на природе и безопасность

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов. Движение по склонам. Преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы. Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение

безопасности туристов в велосипедных походах.

3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату. Акклиматизация в горной местности. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видом транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта.

4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

5. Опасные ситуации в природных условиях.

Опасные погодные условия и способы защиты от них. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

Раздел III. Здоровье человека и факторы, на него влияющие

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

Учебно-тематическое планирование

№	разделы	Кол-во час
1	Безопасность и защита человека в опасных и ЧС	22
2	Основы медицинских знаний	7
3	Основы здорового образа жизни	6
	ИТОГО	35

Календарно – тематическое планирование.

№ урока	Название темы урока	Кол-во часов	Домашн. задание	Дата провед.
	I Безопасность и защита человека в опасных и			

	ЧС	22ч		
	<i>Чрезвычайные и экстремальные ситуации в природе.</i>	3		
1	Вводный инструктаж по охране труда на уроках ОБЖ. Экстремальные ситуации в природе и причины их возникновения. Леса Тульской области.	1	С 6-11	
2	Факторы выживания в природных условиях. Домашняя аптечка - какие лекарства и как ими пользоваться. Лекарственные растения, растущие в Тульской области.	1	11-13	
3	Основные источники напряжения человека при вынужденном автономном существовании – стрессоры выживания.	1	13 - 16	
	<i>Психологические основы выживания в природных условиях.</i>	4		
4	Что надо знать о себе, чтобы выжить. Страх. Внимание.	1	17 - 21	
5	Ощущение. Восприятие. Память и мышление.	1	22 - 26	
6	Воображение и элементы выживания. Влияние характера на поступки в условиях выживания.	1	27 - 31	
7	К.р. по теме «ЧС в природе и психологические основы выживания».	1		
	<i>Как избежать попадания в экстремальную ситуацию.</i>	3		
8	Подготовка к походу.	1	32 - 34	
9	Правила безопасного поведения на природе.	1	35 - 40	
10	Надежные одежда и обувь необходимы для безопасности.	1	41 - 45	
	<i>Автономное существование человека в природе.</i>	9		
11	Основные правила поведения в экстремальной ситуации.	1	46 - 51	
12	Определение направления выхода.	1	52 - 61	
13	Ориентирование. Практическая работа по определению сторон горизонта по компасу, солнцу, местным признакам.	1	62 - 67	
14	Правила ориентирования на местности. Выход к линейным ориентирам и населенным пунктам.	1	68 - 77	
15	Выживание в природных условиях. Сооружение временного жилища. Зимнее укрытие.	1	78 - 83	
16	Способы добывания огня, разведение костра, обогрев временного жилища.	1	84 - 92	
17	Обеспечение питанием и водой. Поиск и приготовление пищи. Съедобные грибы, растения, ягоды, орехи в Тульской области.	1	93 - 104	
18	Сигналы бедствия.	1	105 - 108	
19	К.р. по теме «Автономное существование человека в природе»	1		
	<i>Смена климатогеографических условий.</i>	1		
20	Смена часовых поясов. Смена климата. Акклиматизация в горах.	1	109 - 115	
	<i>Коллективные и индивидуальные средства защиты.</i>	1		
21	Устройство убежища, порядок его заполнения и	1	116 - 119	

	правила поведения в нем. Как пользоваться поврежденным противогазом в непригодной для дыхания среде.			
22	К.р. по теме « Безопасность и защита человека в опасных и ЧС »	1		
	II. Основы медицинских знаний	7		
	<i>Правила оказания ПМП в природных условиях</i>	4		
23	Средства оказания ПМП.	1	120-122	
24	Укусы насекомых, змей. Оказание ПМП.	1	122-128	
25	Ожог кожи, солнечный ожог. Обморожения и общее охлаждение организма. Оказание ПМП.	1	128-134	
26	Беда на воде. Оказание ПМП.	1	135-138	
	<i>Различные виды повреждений (травм) организма человека и причины, вызывающие их.</i>	2		
27	Виды повреждений организма человека. Закрытые травмы.	1	138-145	
28	Способы переноски пострадавших. Практическое занятие.	1	146-149	
29	К.р. по теме «Основы медицинских знаний»	1		
	III. Основы здорового образа жизни.	5		
	<i>Правильное питание-основа здорового образа жизни и профилактика многих заболеваний человека.</i>	3		
30	Значение питания для детей и подростков. Калорийность продуктов питания.	1	150-153	
31	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека. Витамины. Минеральные вещества. Вода.	1	154-161	
32	Гигиенические требования к питанию. Культура питания.	1	162-166	
	<i>Особенности подросткового возраста.</i>	3		
33	Что такое подростковый возраст? Изменение поведения в подростковом возрасте. Отношения с родителями.	1	167-170	
34	ИТОГОВАЯ КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА	1		
35	День защиты ребенка. Комбинированная эстафета. Ориентирование в местном лесу. Всеобщая эвакуация.	1		

7 класс

Безопасность и защита человека в опасных и ЧС 21 час

Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Понятие о землетрясении, характеристика и происхождение землетрясений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от землетрясений. Правила безопасного поведения во время и после землетрясения.

Понятие об извержении вулкана, характеристика извержений. Причины извержения вулканов

и их последствия. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения.

Понятие об оползнях, селях, обвалах, лавинах, их характеристика. Происхождение оползней, селей, обвалов, лавин, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, лавины, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.

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

Происхождение наводнений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от наводнений.

Понятие о цунами, характеристика цунами. Происхождение цунами, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от цунами

Природные пожары (лесные, торфяные) и их характеристика, происхождение. Меры по снижению потерь от природных пожаров. Предупреждение природных пожаров.

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

Основы медицинских знаний 7 часов

Разновидности повязок и их характеристика. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности. Приемы наложения повязок на голову. Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов. Правила и способы эвакуации пострадавших. Транспортная иммобилизация. Лекарственные растения. Ядовитые растения и грибы. Симптомы отравления

Основы здорового образа жизни 7 часов

Режим труда и отдыха — необходимое условие здорового образа жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья. Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека. Профилактика утомления и переутомления.

Факторы, разрушающие здоровье: курение, алкоголь, наркотики, токсикомания. Профилактика вредных привычек.

Факторы, формирующие репродуктивное здоровье. Взаимоотношения полов. Изменения в организме. Личная гигиена девочек и мальчиков.

Учебно-тематическое планирование

№	разделы	Кол-во час
1	Безопасность и защита человека в опасных и ЧС.	21
2	Основы медицинских знаний.	7

3	Основы здорового образа жизни.	7
	ИТОГО	35

Календарно-тематическое планирование

№	Название темы урока	Кол-во часов	Дата провед.
	І. Безопасность и защита человека в опасных и ЧС	21 ч	
	<i>ЧС природного и техногенного характера</i>	14 ч	
1.	Вводный инструктаж по охране труда на уроках ОБЖ. Программа курса ОБЖ. Значение образования в жизни человека.	1	
2.	Безопасность и защита человека в ЧС природного характера.	1	
3.	ЧСПХ Землетрясение: происхождение, очаг, эпицентр. Последствия, меры по уменьшению потерь.	1	
4.	Составление прогноза землетрясений. Правила безопасного поведения при землетрясении. Опасность для землетрясений в Тульской области.	1	
5.	Вулканы. Происхождение и виды вулканов, последствия, меры по уменьшению потерь.	1	
6.	Оползни, сели, обвалы, снежные лавины, их последствия. Меры по уменьшению потерь.	1	
7.	Ураганы, бури, смерчи: происхождения, их последствия. Меры по уменьшению потерь. Правила безопасного поведения.	1	
8.	Наводнения. Цунами. Их происхождения, последствия, и меры по уменьшению потерь.	1	
9.	Правила безопасного поведения при цунами. Поверхность Тульского края и возможность ЧС природного характера в нашей местности.	1	
10	Лесные и торфяные пожары. История лесных пожаров. Угольная промышленность Тульского края – одна из причин пожаров.	1	
11	Происхождение и классификация лесных и торфяных пожаров.	1	
12	Последствия и предупреждение лесных и торфяных пожаров. Экологическая безопасность и пожары.	1	
13	Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесных пожаров и его тушении.	1	
14	Проверочная работа по теме «Лесные и торфяные пожары»	1	
	<i>Ситуации локального характера и безопасность детей</i>	4 ч	
15	Человек и стихия. Психологическая устойчивость к ЧС и ЭС.	1	
16	Характер и темперамент. Психологическая особенность поведения человека во время стихии.	1	
17	Реабилитация психики человека после перенесения стрессов от стихийного бедствия.	1	
18	Человек и стихия Опрос по пройденному материалу.	1	
	<i>Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС</i>	3 ч	
19	Практическое занятие. Отработка действий учащихся при стихийных бедствиях в Тульской области (пожары, бури, смерчи)	1	
20	Организация защиты сельскохозяйственных объектов в зонах ЧС. Влияние деятельности человека на окружающую среду.	1	
21	Мероприятия, проводимые по защите сельскохозяйственных	1	

	животных и растений при стихийных бедствиях.		
	II Основы медицинских знаний	7 ч	
22	Повязки. Общая характеристика. Виды бинтов.	1	
23	Отработка практических навыков наложения повязок на руку.	1	
24	Отработка практических навыков наложения повязок на ногу.	1	
25	Правила оказания ПМП при переломах верхних и нижних конечностей.	1	
26	Правила и способы эвакуации пострадавших. Транспортная иммобилизация.	1	
27	Безопасное поведение во время весенних каникул (гололед, поведение на водоемах, сосульки на крышах и т. д.)	1	
28	Лекарственные растения. Ядовитые растения и грибы. Симптомы отравления. ПМП Лекарственные растения Тульской области и растущие в наших лесах	1	
	III. Основы здорового образа жизни.	7 ч	
29	Основы ЗОЖ. Режим учебы и отдыха подростка.	1	
30	Профилактика переутомления. Содержание режима дня.	1	
31	Умственная и физическая работоспособность.	1	
32	Факторы, разрушающие здоровье: курение, алкоголь, наркотики, токсикомания. Профилактика вредных привычек.	1	
33	Факторы, формирующие репродуктивное здоровье. Взаимоотношения полов. Изменения в организме. Личная гигиена девочек и мальчиков	1	
34	К. работа по теме: «ЗОЖ»	1	
35	День защиты ребенка. Комбинированная эстафета. Ориентирование в местном лесу. Всеобщая эвакуация.	1	

8 класс

Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях 21 час

Чрезвычайные ситуации техногенного характера

Общее понятие ЧС техногенного характера. Классификация ЧС по масштабам распространения и тяжести последствия. Общее понятие ЧС техногенного характера. Классификация ЧС по масштабам распространения и тяжести последствия. Промышленные аварии, катастрофа, их характеристика, причины их вызывающие. Пожары, их причины, последствия пожаров. Характеристика пожаров. Правила безопасного поведения во время пожаров. Взрывы ,их характерные особенности, причины возникновения взрывов, их последствия. Правила безопасного поведения во время взрывов.

Химически опасные объекты (ХОО) производства, возможные последствия при авариях на ХОО. Аварийно - химически опасные вещества (АХОВ), их характеристика и поражающие факторы. Правила поведения населения при авариях с выбросом ОХВ. Противогазы и респираторы. Радиация. Альфа-излучение, бета-излучение, гамма-излучение. Естественные и искусственные источники радиации. Виды облучения. Виды аварий на радиационно опасных объектах. Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС. Последствия радиационных аварий. Понятие зоны радиоактивного заражения. Правила безопасного поведения населения при радиоактивных авариях. Режим радиационной защиты. Гидродинамические аварии, общие понятия, определения, виды. Причины гидродинамических аварий, их последствия. Меры профилактики по снижению ущерба. Правила безопасного поведения при гидродинамических авариях

Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС

Ознакомление с организацией защиты сельскохозяйственных объектов в зонах ЧС. Ознакомление с организацией защиты сельскохозяйственных объектов в зонах ЧС. Мероприятия,

проводимые по защите сельскохозяйственных животных и растений при стихийных бедствиях

Основы медицинских знаний 9 часов

Воздействие химических веществ на человека. ПМП при поражении АХОВ удушающего действия. ПМП при поражении АХОВ обще ядовитого действия. ПМП при поражении АХОВ нейротропного действия. ПМП при отравлении солями тяжелых металлов и мышьяка. ПМП при ожогах химическими веществами. Опасные вещества и средства бытовой химии. Правила пользования, меры профилактики. ПМП при отравлениях минеральными удобрениями.

Основы здорового образа жизни 5 часов.

Физическая культура и закаливание. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма. Основы репродуктивного здоровья подростков.

Учебно-тематическое планирование

№	разделы	Кол-во час
1	Безопасность и защита человека в опасных и ЧС.	21
2	Основы медицинских знаний.	9
3	Основы здорового образа жизни.	5
	ИТОГО	35

Календарно-тематическое планирование.

	Название темы урока	Кол-во часов	Дата провед.
	Безопасность и защита человека в опасных и ЧС	21 ч.	
	<i>1. БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ЧС ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА</i>	19 ч	
1.	Вводный инструктаж по охране труда на уроках ОБЖ. Программа курса ОБЖ. Общее понятие ЧС техногенного характера. Классификация ЧС по масштабам распространения и тяжести последствия.	1	
2.	Промышленные аварии, катастрофа, их характеристика, причины их вызывающие.	1	
3.	Меры по предупреждению ЧС ТХ и по защите при их возникновении. Сигнал «Внимание всем!» Потенциально опасные объекты в Тульской области.	1	
4.	Пожары, их причины, последствия пожаров. Характеристика пожаров. Правила безопасного поведения во время пожаров.	1	
5.	Взрыв, их характерные особенности, причины возникновения взрывов, их последствия. Правила безопасного поведения во время взрывов.	1	
6.	К. р. по теме «Производственные аварии и катастрофы»	1	
7.	Виды промышленных аварий с выбросом опасных химических веществ (ОХВ).	1	
8.	Химически опасные объекты (ХОО) производства, возможные последствия при авариях на ХОО. ХОО в Тульской области.	1	
9.	Аварийно химически опасные вещества (АХОВ), их характеристика и поражающие факторы.	1	
10.	Правила поведения населения при авариях с выбросом ОХВ. Противогазы и респираторы.	1	

11.	Радиация. Альфа-излучение, бета-излучение, гамма-излучение. Естественные и искусственные источники радиации. Виды облучения.	1	
12.	Виды аварий на радиационно опасных объектах. Радиационно опасные объекты в Тульской области.	1	
13.	Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС.	1	
14.	Последствия радиационных аварий.	1	
15.	Понятие зоны радиоактивного заражения.	1	
16.	Правила безопасного поведения населения при радиоактивных авариях. Режим радиационной защиты.	1	
17.	Гидродинамические аварии, общие понятия, определения, виды. Гидродинамические объекты в Тульской области.	1	
18.	Причины гидродинамических аварий, их последствия. Меры профилактики по снижению ущерба.	1	
19.	Правила безопасного поведения при гидродинамических авариях. Характеристика окружающей среды Ясногорского района и Тульской области.	1	
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	2ч	
20	Ознакомление с организацией защиты сельскохозяйственных объектов в зонах ЧС.	1	
21	Мероприятия, проводимые по защите сельскохозяйственных животных и растений при стихийных бедствиях.	1	
	II. Основы медицинских знаний	9 ч.	
22	Воздействие химических веществ на человека. ПМП при поражении АХОВ удушающего действия.	1	
23	ПМП при поражении АХОВ обще ядовитого действия.	1	
24	ПМП при поражении АХОВ нейротропного действия.	1	
25	ПМП при отравлении солями тяжелых металлов и мышьяка.	1	
26	ПМП при ожогах химическими веществами.	1	
27	К. работа по теме «ПМП при поражении АХОВ»	1	
28	Опасные вещества и средства бытовой химии. Правила пользования, меры профилактики.	1	
29	ПМП при отравлениях минеральными удобрениями.	1	
30	Практическая работа по оказанию ПМП.	1	
	III. Основы здорового образа жизни	5 ч	
31	Физическая культура и закаливание.	1	
32	Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма.	1	
33	Основы репродуктивного здоровья подростков.	1	
34	Итоговая контрольная работа.	1	
35	День защиты ребенка. Комбинированная эстафета. Эвакуация. Правила безопасного поведения в открытых водоемах.	1	

9 класс

Безопасность и защита человека опасных и ЧС. (13 часов)

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее задачи. Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,

чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России) – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Международное гуманитарное право (МГП). Гаагские и Женевские конвенции. Защита жертв вооруженных конфликтов. Ответственность за нарушение норм МГП.

Преступления, виды и категории. Возраст, с которого наступает ответственность. Защита от мошенников.

Основы медицинских знаний. (9 часов)

Оказание первой медицинской помощи при утоплении.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении.

Первая медицинская помощь при остановке сердца

Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом «изо рта в рот» или «изо рта в нос». Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.

Основы здорового образа жизни. (12 часов)

Основное понятие о здоровье и ЗОЖ. Здоровье духовное и физическое. Современные методы оздоровления. Факторы риска во внешней среде организма человека. Гигиена кожи, воды, питания, одежды, жилищного строительства. Физиологическое и психическое развитие подростков. Психологическая уравновешенность. Управление чувствами и эмоциями. Суицид и подросток. Роль взаимоотношений подростков в формировании репродуктивной функции.

Основные понятия вредных привычек. Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Употребление алкоголя и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Наркомания и ее отрицательные последствия на здоровье человека. Профилактика вредных привычек.

Инфекции, передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. СПИД — угроза здоровью личности и общества. Профилактика инфекций, передаваемых половым путем и ВИЧ-инфекции.

Учебно-тематическое планирование.

№	разделы	Кол-во час
1	Безопасность и защита человека в опасных и ЧС	13
2	Основы медицинских знаний	9
3	Основы здорового образа жизни	12
	ИТОГО	34

Календарно-тематическое планирование.

№	Тема урока	Кол-во час.	Дата проведения.
	І Безопасность и защита человека в опасных и ЧС	13ч	
	<i>Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)</i>	9 ч	
1.	Цели и задачи РСЧС. Структура РСЧС. Комиссии по ЧС в Ясногорском районе.	1	
2.	Режимы функционирования РСЧС. Силы и средства ликвидации ЧС.	1	
3.	Определение Международного гуманитарного права (МГП). Сфера его применения. Гаагские и Женевские конвенции.	1	

4.	Защита жертв вооруженных конфликтов (военнопленных, раненых, больных)	1	
5.	Защита гражданского населения.	1	
6.	Категория лиц и объектов, которым представляется особая защита Международным правом (медицинский и духовный персонал ГО)	1	
7.	Ответственность за нарушение норм МГП.	1	
8.	К.р. По теме «Организация РСЧС»	1	
9.	Отработка навыков безопасного поведения в ЧС, характерных для Ясногорского района.	1	
	2. Безопасное поведение в криминогенных ситуациях.	3ч	
1 0	Понятие преступления. Виды и категории преступлений. Возраст, с которого наступает ответственность.	1	
1 1	Защита от мошенников. О безопасности девушек.	1	
1 2	К.р. по теме: «Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях».	1	
	II. Основы медицинских знаний	9ч	
1 3	Причины травматизма в старшем школьном возрасте и пути их предотвращения.	1	
1 4	Правила безопасного поведения в быту, с компьютером.	1	
1 5	Профилактика травм на уроках физкультуры, химии, биологии и переменах.	1	
1 6	Безопасное поведение на улице.	1	
1 7	Первая медицинская помощь (ПМП) при травмах головы, позвоночника, спины.	1	
1 8	ПМП при утоплении, тепловом и солнечном ударе.	1	
1 9	Экстренная реанимационная помощь.	1	
2 0	Искусственная вентиляция легких. Непрямой массаж.	1	
2 1	К. р. по теме «Основы медицинских знаний»	1	
	III. Основы здорового образа жизни (ЗОЖ)	12ч	
2 2	Основное понятие о здоровье и ЗОЖ. Здоровье духовное и физическое. Современные методы оздоровления. Факторы риска во внешней среде организма человека. Их влияние на здоровье.	1	
2 3	Личная гигиена кожи, воды питания.	1	
2 4	Личная гигиена одежды, жилища, индивидуального строительства.	1	
2 5	Физиологическое и психологическое развитие подростков. Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях.	1	
2 6	Управление чувствами и эмоциями. Суицид и подросток.	1	
2 7	Роль взаимоотношений подростков в формировании репродуктивной функции.	1	
2 8	Инфекции, передаваемые половым путем. СПИД и пути его передачи.	1	
2	Факторы, разрушающие здоровье человека. Употребление табака и	1	

9	его влияние на здоровье.		
3 0	Алкоголь, его влияние на организм.	1	
3 1	Наркомания и токсикомания. Их последствия для здоровья.	1	
3 2	Профилактика вредных привычек.	1	
3 3	К. р. по теме «Основы здорового образа жизни»	1	
3 4	Правила безопасного поведения в открытых водоемах. День защиты ребенка. Комбинированная эстафета. Всеобщая эвакуация.	1	

7. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 6,7,8,9 классы: Учебник для общеобразовательных учреждений / С. Н. Вангородский, М.И.Кузнецов, В.Н.Латчук, В.В.Марков.- М.: Дрофа; 2014.-208 с.
2. Оценка качества подготовки выпускников основной школы по основам безопасности жизнедеятельности / авт.- сост. Г. А. Колодницкий, В. Н. Латчук, В. В. Марков и др. - М.: Дрофа, 2001. – 160 с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности. 6,7,8,9 классы: тетрадь на печатной основе для учащихся /Репина Т.А.-Саратов: Лицей.2012.
4. Развернутое календарно-тематическое планирование 5-11 классы, авт/сост. Т.А.Мелихова.- Волгоград: Учитель, 2011 год.
5. Основы безопасности жизнедеятельности: сборник заданий для проведения экзаменов в 9 классе
6. Б.И.Мишин. Настольная книга учителя ОБЖ. «Астрель», 2002.
7. С.С.Соловьев. Тематический контроль по ОБЖ. Комплект тестовых заданий для учащихся 7-8 классов. «Интеллект-Центр», Москва, 2000 г.
8. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие 5-11 классы. Вентана-Граф. Смоленск, 1995 г.
9. Б.И.Мишин. Программно-методические материалы «ОБЖ. 1-11 классы». Дрофа, Москва, 2001.
10. Латчук В.Н., В.В.Марков. «Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие. –М.: Дрофа, 2000г.

8. Контроль уровня усвоения учебного курса, предмета, дисциплины (модуля).

Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат, в общем, соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа,

практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.