

ЧОУ «Православная школа во имя Святой Троицы»

«Рассмотрено»

Руководитель ШМО


 (Алтунина С.Ю.)

Протокол № 1

от 04 » 08 2018г.

«Согласовано»

Зам. директора по УВР

 (Зинчук А.А.)

«26» 08 2018 г.

«Утверждаю»

Директора ЧОУ «Православная школа

во имя Святой Троицы»

 (Рублик В.И.)

Приказ № 2/14

от 04 » 08 2018г.



Рабочая программа

Учителя: Федоровой Жанны Геннадьевны

первая квалификационная категория

по ОБЖ

5-6 класс

Ангарск. 2018

Пояснительная записка

Программа составлена на основе на основе требований к результатам освоения ООП ООО (ФГОС ООО) ЧОУ «Православная школа во имя Святой Троицы» с учетом программ, включенных в ее структуру. Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе авторской программы по основам безопасности жизнедеятельности (Латчук, Миронов, Вангородский: Основы безопасности жизнедеятельности. Программы для общеобразовательных учреждений. 5-11 классы, Дрофа, 2010 год.

Количество часов

5 класс: всего – 34 часа (1 час в неделю).

Контрольных тестовых работ – 6

6 класс: всего – 34 часа (1 час в неделю).

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в основной школе направлено на достижение следующих целей:

- формирование современной 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;

- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

Для выполнения всех видов обучающих работ по основам безопасности жизнедеятельности в 7 классе в УМК имеются учебник, учебные пособия:

5 класс:

Поляков В. В., Кузнецов М. И., Марков В. В. Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 кл.: учебник. — М.: Дрофа, 2017,

6 класс

Латчук В. Н. [и др.], Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учебник. - М.: Дрофа, 2017.

1. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «ОБЖ»

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;

- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;

- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;

- понимание 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;

- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;

- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;

- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;

- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;

- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

2. Содержание курса

5 класс

Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания

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 опасны 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 на 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 железнодорожного 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: безлюдные окраины 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).

Раздел 2. Основы медицинских знаний. Правила оказания первой медицинской помощи

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.

Раздел 3. 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 здоровья в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления.

6 класс

Экстремальные ситуации в природных условиях.

Опасные ситуации, возникающие в природе, их причины. Психологические основы выживания при автономном существовании. Психическое состояние человека при выживании в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния. Автономное существование человека в природе. Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях (аварии транспортного средства в малонаселенной местности; заблудились в лесу, горах, степи; отстали от группы в турпоходе и др.). Выживание в природных условиях. Надежная одежда и обувь. Правила безопасного поведения человека при вынужденном автономном существовании в природных условиях. Правила ориентирования на местности, выход к линейным ориентирам и населенным пунктам. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоемов. Особенности состояния водоемов в разное время года. Опасность водоемов зимой. Тонкий лед и опасность передвижения по льду. Меры предосторожности при движении по льду водоемов. Способы переправы через реку (переход вброд, преодоление вплавь, преодоление рек с быстрым течением), преодоление трясин и болот. Оборудование временного жилища, укрытия. Способы добывания огня, обогрев временного жилища. Обеспечение водой и питанием. Поиск и приготовление пищи. Съедобные растения, ягоды, грибы, орехи. Сигналы бедствия. Смена климатогеографических условий. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности, к условиям Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий. Отработка навыков для

выполнения однодневного туристического похода (определение сторон горизонта, движение по азимуту, ориентирование на местности, разбивка лагеря, разведение костра, обеспечение водой, приготовление пищи и др.). Ознакомление со съедобными и лекарственными растениями.

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

Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Акклиматизация в разных природно-климатических условиях.

Безопасность в чрезвычайных ситуациях.

Коллективные и индивидуальные средства защиты. Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Взрывы в местах массового скопления людей.

Оказание первой помощи и здоровый образ жизни.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

Аптечка первой помощи. перевязочные и лекарственные средства. Правила приема лекарственных веществ. Использование природных лекарственных средств. Первая помощь при укусах насекомых и змей. Характеристика различных видов травм и ушибов, повреждений и вызывающие их причины. Первая помощь при ожогах. Тепловой и солнечный удар. Обморожение и общее охлаждение организма. Первая помощь при утоплении. Закрытые травмы, правила и способы оказания первой помощи пострадавшему. Правила и способы транспортировки пострадавших.

Основы здорового образа жизни

Рациональное питание. Недоедание. Культура питания. Нарушение правил личной гигиены. Особенности подросткового возраста. Изменения в подростковом возрасте. Отношения с родителями.

3. Учебно-тематический план

5 класс

№ п/п	ТЕМА	Количество часов
	<i>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства.</i>	27
1.	Личная безопасность в повседневной жизни	11
2.	Безопасность на дорогах и на транспорте	7

3.	Опасные ситуации социального характера	4
4.	Загрязнение среды обитания	3
5.	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	2
6.	<i>Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</i>	7
7.	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	3
8.	Основы здорового образа жизни	4
10	Итого	34

6 класс

№ п/п	ТЕМА	Количество часов
	Гл 1 Основы безопасности личности, общества, государства	21
1.	Экстремальные ситуации природных условиях	16
2.	Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме	2
3.	Безопасность в чрезвычайных ситуациях	3
	Гл. 2 Оказание первой помощи и здоровый образ жизни	13
4.	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	8
5.	Основы здорового образа жизни.	5
6.	ИТОГО:	34

4. Календарно-тематическое планирование

5 класс:

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания для детей с ОВЗ	Домашнее задание	Дата
	Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства. (27 час)				
	Личная безопасность в повседневной жизни (11 ч)				
1.	Особенности города как среды обитания человека.	1	Понятия о стихийном бедствии и экстремальной ситуации.	Глава 1, § 1.1	
2.	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1	. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!».	Глава 1, § 1.2	
3.	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	1	Источники опасности в жилище и их характеристика.	Глава 2, § 2.1	
4.	Опасные факторы и причины пожаров.	1	Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Меры пожарной безопасности в быту.	Глава 2, § 2.2	
5.	Правила поведения при пожаре. Эвакуация.	1	Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире). Правила безопасной эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру.	Глава 2, § 2.2	
6.	Средства тушения пожаров.	1	Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.	Глава 2, § 2.2	
7.	Затопление квартиры.	1	Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.	Глава 2, § 2.3	
8.	Электричество.	1	Опасность электрических и электронных приборов,	Глава 2, §	

			используемых в быту. Меры безопасности при обращении с электроприборами.	2.4	
9.	Опасные вещества и продукты питания.	1	Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений.	Глава 2, § 2.5	
10.	Взрыв и обрушение дома.	1	Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при возникновении взрыва в доме (квартире) и обрушении дома.	Глава 2, § 2.6	
11.	Безопасность в нестандартных ситуациях	1	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Правила предотвращения таких ситуаций. Правила поведения при нападении собаки.	Глава 3	
Безопасность на дорогах и на транспорте 7ч					
12.	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	1	Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Сигналы светофора и регулировщика.	Глава 4 § 4.1	
13.	Безопасное поведение пешеходов.	1	Понятие о пешеходах и пассажирах. Правила безопасного движения пешеходов по дорогам. Правила перехода проезжей части пешеходами.	Глава 4 § 4.1	
14.	Безопасное поведение пассажиров.	1	Правила поведения пассажира автобуса (троллейбуса, трамвая). Правила поведения пассажира легкового автомобиля. Правила поведения пассажира мотоцикла.	Глава 4 § 4.2	

15.	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	1	Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении, при падении автомобиля в воду. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях.	Глава 4 § 4.2	
16.	Железнодорожный транспорт.	1	Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде.	Глава 4 § 4.3	
17.	Авиационный транспорт	1	Правила поведения авиапассажиров в салоне самолета. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при аварийной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.	Глава 4 § 4.4	
18.	Морской и речной транспорт	1	. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если человек упал за борт судна.	Глава 4, § 4.5	
Опасные ситуации социального характера (4 ч)					
19.	Психологические основы самозащиты	1	Язык жестов — важное оружие самозащиты.	Глава 5 § 5.1	
20.	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	1	Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуациях в доме	Глава 5 § 5.2, 5.3	
21.	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1	Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной	Глава 5 § 5.4, 5.5	

			жизни. Как предотвратить опасные домогательства.		
22.	Правила поведения при захвате в заложники.	1	Понятие о заложнике. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники.	Глава 5 § 5.6	
Загрязнение среды обитания (3 ч)					
23.	Загрязнение воды.	1	Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях.	Глава 6 § 6.1	
24.	Загрязнение воздуха.	1	Загрязнение воздуха. Рекомендации по предотвращению загрязнения воздуха в местах проживания.	Глава 6 § 6.2	
25.	Загрязнение почвы	1	Загрязнение почвы. Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве	Глава 6 § 6.3	
Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 ч)					
26.	Фильтрующие противогазы.	1	Фильтрующие противогазы. Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих противогазов.	Глава 7 § 7.1	
27.	Пользование противогазом.	1	Пользование противогазом. Переноска противогаза.	Глава 7 § 7.2, 7.3	
Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (7 ч) Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч)					
28.	Виды ранений, их причины и первая помощь	1	Понятие о ране. Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах.	Глава 1 § 1.1, 1.2	
29.	Общая характеристика кровотечений	1	Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение и его характеристика. Артериальное кровотечение и его характеристика.	Глава 1 § 1.3	
30.	Первая помощь при кровотечении	1	Способы временной остановки кровотечения. Остановка кровотечения путем пальцевого прижатия артерий. Первая	Глава 1 § 1.4	

			помощь при кровотечении из носа.		
Основы здорового образа жизни (4 ч)					
31.	Движение и здоровье	1	Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Избыток и недостаток движения (гиподинамия) — причина некоторых заболеваний человека.	Раздел 3 Глава 1	
32.	Нарушения осанки и причины их возникновения	1	Понятие об осанке. Профилактика нарушений осанки.	Раздел 3 Глава 2	
33.	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	1	Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере.	Раздел 3 Глава 3	
34.	Развитие и изменение организма в вашем возрасте. Физическое и нравственное взросление человека	1	Понятие о детском и подростковом возрасте. Развитие организма в детском возрасте. Гигиенические мероприятия по уходу за сальными и потовыми железами. Ответственность за сохранение своего здоровья в подростковом возрасте. Физическое взросление мальчиков и девочек, особенности их взаимоотношений.	Раздел 3 Глава 4	

6 класс

№	Тема урока	Количество часов	Домашнее	Дата
---	------------	------------------	----------	------

			здание	
	<u>Основы безопасности личности, общества, государства.</u>			
	Глава 1. Экстремальные ситуации в природных условиях (16ч)			
1	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.	1	П.1	
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. (населенного пункта).	1	П. 2	
3	Психологические основы выживания.	1	П. 3	
4	Страх – главный психологический враг.	1	П.4	
5	Подготовка к походу и поведение в природных условиях.	1	П.5	
6	Надежные одежда и обувь – важное условие безопасности.	1	П.6	
7	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.	1	П.7	
8	Действия при потере ориентировки.	1	П. 8	
9	Способы ориентирования и определение направления движения.	1	П. 9	
10	Техника движения в природных условиях.	1	П.10	
11	Сооружение временного жилища.	1	П.11	
12	Обеспечение питанием и водой.	1	П.12	
13	Поиск и приготовление пищи.	1	П.13	

14	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.	1	П.14	
15	Безопасность на водоемах.	1	П.15	
16	Сигналы бедствия.	1	П.16	
	Глава 2.Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме.			
17	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.	1	П.17	
18	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.	1	П.18	
	Глава 3.Безопасность в чрезвычайных ситуациях.			
19	Коллективные и индивидуальные средства защиты.	1	П.19	
20	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.	1	П.20	
21	Взрывы в местах массового скопления людей.	1	П.21	
	<u>Оказание первой медицинской помощи и здоровый образ жизни.</u>			
	Глава 4.Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.			
22	Средства оказания первой помощи.	1	П. 22	
23	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.	1	П. 23	
24	Первая помощь при ожогах.	1	П. 24	

25	Тепловой и солнечный удар.	1	П. 25	
26	Обморожение и общее охлаждение организма.	1	П. 26	
27	Беда на воде.	1	П.27	
28	Закрытые травмы.	1	П. 28	
29	Способы переноски пострадавших.	1	П.29	
	Глава 5.Основы здорового образа жизни.			
30	Правильное питание – основа здорового образа жизни.	1	П.30	
31	Значение белков, жиров и углеводов.	1	П.31	
32	Гигиена и культура питания.	1	П.32	
33-34	Особенности подросткового возраста.	2	П.33	
	Всего	34		