

Приложение №24
к адаптированной основной общеобразовательной
программе образования обучающихся
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
Приказ № 420 от 28.08.2020

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 20

Адаптированная рабочая программа
по факультативному курсу Обеспечение безопасной жизнедеятельности
основное общее образование
Класс: 5 – 9

Составитель:
Учитель Мухамиева Л.А.

г. Нижний Тагил
2020 г.

Цель курса - дать систематизированное представление о здоровом образе жизни, путях укрепления и сохранения здоровья, о прогнозировании опасных ситуаций, оценки их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритмов безопасного поведения.

Реализовать данную цель помогут следующие **задачи**:

- Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;
- Освоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- Владение умениями предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также их анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

2. Содержание программы учебного предмета

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» представляет собой область знаний, охватывающую теорию и практику безопасного поведения человека в повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. Он предназначен для формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими знаний и умений в прогнозировании опасных ситуаций и вредных факторов окружающей среды обитания и различных видов деятельности человека, для определения способов защиты от них, а также приобретения привычек здорового образа жизни. В курсе «Основы безопасности жизнедеятельности» даются рекомендации по поведению на улицах и дорогах, рассматриваются необходимые меры безопасности при обращении с огнем, газом, в общении с животными и во многих других ситуациях.

Курс включает теорию и практику здорового образа жизни, защиты человека в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, оказания первой медицинской помощи.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей детей и уровня их подготовки по другим основным образовательным программам.

Обучение основам безопасности жизнедеятельности рассчитано на пять лет с 5 по 9 классы по 1 часу в неделю (34 недели, для классов «и» - 33 недели).

В программе выделены следующие разделы:

- Безопасность и защита человека в среде обитания
- Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Курс 5 класса включает следующие темы:

1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:

- Особенности города как среды обитания человека
- Особенности жизнедеятельности современного жилища
- Чем опасно жилище для человека. Виды опасных и вредных факторов современного жилища
- Как правильно пользоваться электроприборами, газом, водой
- Опасные ситуации дома. Как их избежать
- Как действовать при возникновении чрезвычайной ситуации в доме, школе (пожар, утечка воды, газа, неисправность, электроприбора, колющие и режущие предметы)
- Правила безопасности в лифте
- Правила безопасности на лестнице
- Пожар в жилище. Возможные причины возникновения пожара

- Правила поведения при пожаре
- Правила вызова пожарной охраны
- Виды общественного транспорта
- Правила безопасности на остановках общественного транспорта
- Правила на остановках общественного транспорта
- Правила безопасности в автобусе, троллейбусе, в трамвае
- Правила оплаты проезда в общественном транспорте
- Сигналы светофора
- Регулируемое движение

2. Правила безопасного поведения в природной среде:

- Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Способы преодоления этих ситуаций
- Съедобные и несъедобные ягоды, грибы, плоды. Меры осторожности в обращении с дарами природы
- Безопасное поведение в лесу
- Ориентирование в лесу по компасу, по звукам, по солнцу, по растениям, по муравейнику
- Ориентирование на местности разными способами
- Приметы приближающего дождя. Правила поведения на природе во время дождя и грозы
- Меры безопасности при купании в водоемах
- Способы самоспасения и оказания помощи тонущему человеку
- Основные подручные спасательные средства
- Правила поведения при землетрясении

3. Правила безопасного поведения в социальной среде:

- Улица - место повышенной личной опасности
- Правила безопасного поведения на улице в различных ситуациях
- Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов

4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:

- Понятие об эвакуации
- Безопасные маршруты путей эвакуации

5. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни:

- перевязочные и лекарственные средства
- оказания первой медицинской помощи при ссадинах, порезах, травме
- перевязочные и лекарственные средства

6. Основы здорового образа жизни:

- Здоровье человека, общие понятия и определения
- **Курс 6 класса включает следующие темы:**

1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:

- Особенности города, в котором мы живем
- Наиболее распространенные опасные ситуации в жилище и их последствия.
- Причины возникновения пожара
- Опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь
- Правила поведения во время возникновения пожара
- Утечка газа, причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при утечке газа, правила поведения при утечке газа
- Затопление жилища, причины, последствия
- Правила поведения при затоплении жилища
- Виды средств бытовой химии по степени потенциальной опасности

- Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции
 - Химические ожоги, их причины, первая помощь при химическом ожоге
 - Регулирование улиц и дорог
 - Дорога и ее главные составные части
 - Дорожная разметка и дорожные знаки
 - Группы дорожных знаков
 - Перекрестки и их виды
 - Переход улиц и дорог
 - Дорожные ситуации, связанные с закрытым обзором
 - Опасные ситуации на дорогах
 - Опасные ситуации
- 2. Правила безопасного поведения в природной среде:**
- Загрязнения воздуха, воды, и почвы в местах проживания, их возможные причины
 - Профилактика нарушений экологического равновесия
 - Правила поведения на воде
 - Средства первой помощи при укусе и последующие действия пострадавшего
 - Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу
 - Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы
- 3. Правила безопасного поведения в социальной среде:**
- Возможные опасные ситуации при возникновении в жилище незнакомых людей (ограбление квартиры, похищение детей с целью выкупа, с целью получения)
 - Правила безопасного поведения при возникновении угрозы личной безопасности в квартире, на улице, около дома, в лифте, в подъезде
 - Намерения незнакомца
 - Поведение в экстремальной ситуации на улице
 - Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов
 - Алгоритм действий при различных чрезвычайных ситуациях
 - Правила поведения при землетрясении
- 4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
- Что такое эвакуация
 - Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации
- 5. Основы медицинских знаний:**
- Перевязочные и лекарственные средства
 - Понятие о травме
 - Средства оказания первой медицинской помощи при травмах
- 6. Основы здорового образа жизни:**
- Правила личной гигиены

Курс 7 класса включает следующие темы:

- 1. Правила поведения в бытовой (городской) среде:**
- Переход улиц и дорог
 - Ошибки пешеходов. Культура поведения на улицах и дорогах
 - Средства регулирования дорожного движения
 - Правила для велосипедистов
- 2. Правила безопасного поведения в социальной среде:**
- Правила поведения при угрозе террористического акта
 - Алгоритм действий при угрозе теракта

3. Правила безопасного поведения в природной среде:

- Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций
- Формула безопасности. Средства и способы самоспасения
- Правила поведения при землетрясении
- Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния
- Последовательность действий при вынужденной автономии. Сигналы бедствия и сигнальные средства.
- Ориентирование на местности и выход к населенному пункту
- Анализ ситуации и составление общего плана действий по выживанию
- Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья
- Разведение костра. Типы костров. Обогрев временного жилища
- Меры профилактики при отравлении угарным газом
- Воздействия жары на организм человека.
- Очистка воды. Опреснение воды. Рыбная ловля и охота
- Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений
- Смена климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации
- Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при купании на воде
- Меры безопасности при использовании гребными лодками
- Первая помощь утопающему
- Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду
- Правила спасения при попадании в полынью. Осторожно, ледоход!

4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:

- Правила поведения при эвакуации

5. Основы медицинских знаний:

- Медицинская аптечка на случай вынужденной автономии, перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии
- Лекарственные растения, их использование
- Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых
- Оказание помощи при травмах

6. Основы здорового образа жизни:

- Меры укрепления здоровья и профилактика заболеваний
- Питание человека
- Влияние вредных привычек на здоровье

Курс 8 класса включает следующие темы:

1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:

- Дорожно - транспортная структура города
- Дорожные "ловушки" и навыки безопасного поведения на дорогах

2. Правила безопасного поведения в социальной среде:

- Захват террористами транспортных средств
- Правила поведения при угрозе террористического акта

3. Правила безопасного поведения в природной среде:

- Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера. Причины возникновения чрезвычайной ситуации природного характера
- Виды опасных природных явлений

- Происхождение землетрясений. Понятия: очаг землетрясения, эпицентр
 - Основные параметры землетрясения
 - Правила поведения при землетрясении
 - Извержение вулканов. Правила поведения при извержении вулканов
 - Понятие о моретрясении и цунами. Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясений и цунами
 - Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах. Происхождение и оценка силы
 - Возможные последствия бурь, ураганов, смерчей
 - Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей
 - Понятие о наводнениях, их классификация
 - Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения
 - Лесные пожары, их виды
 - Профилактика лесных и торфяных пожаров
- 4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:**
- Действия во время эвакуации из здания
 - Определение безопасного маршрута, помощь младшим при эвакуации
 - Индивидуальные средства защиты, их назначение
 - Устройство противогазов и респираторов. Способы применения
- 5. Основы медицинских знаний:**
- Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях
 - Способы остановки кровотечения
 - Правила наложения резинового жгута, повязок
 - Первая помощь при обморожениях
 - Виды ожогов. Первая помощь при ожогах.
- 6. Основы здорового образа жизни:**
- Чередование труда и отдыха, виды отдыха
 - Влияние вредных привычек на организм подростка

Курс 9 класса включает следующие темы:

- 1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде:**
- Виды железнодорожного транспорта. Опасность в вагоне поезда
 - Правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях
 - Виды аварийной ситуации на железной дороге. Правила поведения в аварийной ситуации
 - Причины бедствий на реках, морях, океанах. Правила поведения на судах
 - Средства спасения
 - Правила эвакуации с аварийного судна, пожары на судах
 - Правила поведения в самолете в различных ситуациях
 - Безопасное поведение в салоне
 - Действия при разгерметизации в самолете
 - Действия при пожаре в самолете
- 2. Правила безопасного поведения в социальной среде:**
- Правила безопасного поведения при угрозе и ходе террористического акта
 - Алгоритм действий при угрозе террористического акта
- 3. Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера:**
- Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера
 - Пожаро - и взрывоопасные объекты
 - Промышленные аварии и катастрофы

- Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Условия, способствующие горению
- Правила безопасного поведения при пожаре
- Понятия о взрывах. Характеристика взрывов, их причины и последствия
- Виды стихийных бедствий и катастроф, их последствия
- Виды поражающих факторов и их воздействие на человека
- Поражающие факторы ядерного взрыва. Комбинированные радиационные поражения
- Основы оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении
- Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении
- Основные группы отравляющих веществ по силе и скорости воздействия. Причины, вызывающие поражение отравляющими веществами
- Основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами
- Действия населения при оповещении о химическом заражении. Индивидуальные средства защиты
- Гидродинамические аварии, их причины и последствия
- Понятие о зоне затопления. Правила безопасного поведения при наводнении
- Правила поведения при землетрясении

4. Государственная защита и обеспечения безопасности населения:

- Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Эвакуация при возникновении чрезвычайной ситуации техногенного характера
- Виды противогазов (изолирующие, фильтрующие)
- Устройство противогаза. Пользование противогазом
- Виды респираторов, устройство респиратора, пользование респиратором

5. Основы медицинских знаний:

- Понятие о переломах. Общие принципы оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах
- Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлении химическими веществами

6. Основы здорового образа жизни:

- Понятие о токсикомании и наркомании
- Развитие психической зависимости от наркомании
- Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами

Требования к уровню подготовки учащихся

К концу 5 класса учащиеся должны знать:

- какие предметы обихода могут оказаться опасными при неправильном обращении с ними
- правила пользования этими предметами, газом, водой, электроприборами
- меры, которые необходимо предпринять для устранения затопления жилища, утечки газа
- правила пользования лифтом
- об угрозе нападения, исходящей от незнакомых людей
- основные правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера
- правила безопасного поведения на улице
- правила безопасного обращения со спичками и зажигалками, быстроспламеняющимися веществами
- правила обращения газовой плитой, электроприборами
- правила поведения при пожаре в доме, автобусе, лесу
- правила поведения при землетрясении
- правила пользования общественным транспортом
- правила поведения в транспорте при возникновении ЧС
- значение сигналов светофора
- правила движения пешеходов по тротуарам и обочине дороги
- правила перехода улиц и дорог
- правила безопасности в лесу
- виды ядовитых растений и грибов
- признаки отравления организма и способы оказания первой помощи
- меры безопасности при купании и способы оказания помощи утопающему
- что такое здоровый образ жизни

уметь:

- узнавать сигналы, оповещающие о возникновении ЧС
- быстро и спокойно действовать при эвакуации из здания
- вызвать нужную службу спасения по телефону
- закрывать водопроводный вентиль, перекрывающий подачу воды
- закрывать вентиль, перекрывающий подачу газа
- оказывать первую помощь при порезах и уколах
- вызывать помощь при остановке лифта между этажами
- предпринимать правильные действия при встрече с незнакомцем
- выполнять правила безопасного поведения на улице
- обращаться за помощью в случае возникновения опасной ситуации на улице
- вызывать пожарную команду по телефону и объяснить, что произошло, давать точный адрес с указанием дома, номера подъезда, этажа, квартиры
- гасить небольшой огонь подручными средствами
- делать для себя мокрую маску от дыма приобретать билеты для проезда в транспорте
- двигаться по тротуарам улицы и обочине загородной дороги
- правильно переходить улицы и загородные дороги по наземному и подземному переходу
- оказывать помощь тонущему человеку с использованием подручных средств
- правильно вести себя во время землетрясения
- вести здоровый образ жизни

К концу 6 класса учащиеся должны знать:

- главные составные части дороги, дорожную разметку и дорожные знаки, виды перекрестков, сигналы светофоры и регулировщика
- сигналы, подаваемые водителями транспортных средств
- правила перехода улиц и дорог
- правила перехода улицы при посадке из общественного транспорта
- дорожные знаки действия при пожаре в общественном транспорте
- как выбирать место для катания на велосипеде, скейтборде, роликовых коньках
- возможные последствия пользования неисправным оборудованием
- правила поведения на воде
- правила пользования различными плавательными средствами
- способы и средства самоспасения и оказания помощи утопающему на воде
- правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции
- правила обращения с ртутным термометром
- правила предосторожности, необходимые для обеспечения предотвращения возникновения криминогенной ситуации в жилище
- способы и средства первой помощи при различных укусах и последующие действия пострадавшего
- правила сбора грибов и ягод в лесу
- правила поведения при землетрясении
- что такое эвакуация, правила эвакуации
- элементарные сведения о возможностях инфицирования ран
- обеззараживающие средства
- способы оказания первой помощи при травмах
- что такое здоровый образ жизни

уметь:

- различать сигналы светофора и регулировщика
- сигналы, подаваемые водителями транспортных средств
- соблюдать правила перехода улиц и дорог
- проверять техническое состояние велосипеда, скейтборда, роликовых коньков
- соблюдать правила движения по улице
- соблюдать обязанности пассажира
- соблюдать правила перехода улицы при посадке из общественного транспорта
- соблюдать правила поведения на воде
- проверять состояние плавательных средств
- правильно вести себя во время землетрясения
- соблюдать правила обращения со средствами бытовой химии
- соблюдать меры предосторожности для предотвращения возникновения криминогенной ситуации в жилище
- оказывать первую помощь при различных укусах и вызывать врача
- выполнять действия по сигналу учебной тревоги об эвакуации из школьного здания
- оказывать первую помощь при травмах
- вести здоровый образ жизни

К концу 7 класса учащиеся должны знать:

- правила для пешеходов
- средства регулирования дорожного движения
- правила езды на велосипеде
- правила поведения при террористических актах
- правила поведения человека при попадании в условия вынужденного автономного

существования в природных условиях

- последовательность действий при вынужденной автономии
- способы ориентирования на местности
- способы оборудования временного укрытия
- способы разведения костра, типы костров
- способы обогрева внутри временного жилища
- способы очистки воды
- способы рыбной ловли и охоты
- способы приготовления пищи в походных условиях
- сигналы бедствия и сигнальные средства
- правила безопасного поведения при акклиматизации
- меры безопасности при переходе водоемов по льду
- правила спасения при попадании в полынью
- правила безопасного поведения на воде
- приемы оказания первой помощи утопающему
- правила поведения при землетрясениях
- что такое эвакуация
- способы оказания первой медицинской помощи при ранах, кровотечениях, ожогах
- лекарственные растения
- причины тепловых и солнечных ударов
- опасных змей и насекомых
- значение здорового образа жизни

уметь:

- переходить дорогу в разрешенном месте
- выполнять правила безопасного поведения на остановке, в салоне транспортного средства
- соблюдать правила передвижения по улице на велосипеде
- соблюдать правила поведения при террористических актах
- составлять план действий в условиях вынужденной автономии
- ориентироваться на местности по солнцу, по деревьям
- различать съедобные растения
- готовить пищу на костре
- применять меры по профилактике пищевых отравлений
- разводить костры разных типов
- подавать сигналы бедствия
- подбирать и упаковывать необходимые для турпохода вещи
- соблюдать меры безопасности при переходе водоемов по льду
- применять правила спасения при попадании в полынью
- соблюдать правила безопасного поведения на воде
- оказывать первую помощь утопающему
- правильно действовать при пожаре в общественном месте
- применять лекарственные растения
- накладывать повязки и жгуты при переломе
- оказывать первую медицинскую помощь при тепловых и солнечных ударах
- оказывать первую медицинскую помощь при укусах змей и насекомых
- правильно вести себя во время землетрясения
- вести здоровый образ жизни

К концу 8 класса учащиеся должны знать:

- правила дорожного движения
- дорожно - транспортную структуру города

- правила поведения при угрозе террористических актов
- причины возникновения ЧС природного характера
- виды опасных природных явлений
- правила поведения во время землетрясения
- правила поведения во время моретрясений и цунами
- возможные последствия обвалов, оползней, селей
- возможные последствия бурь, ураганов, смерчей
- рекомендации по действиям при наводнении и его угрозе
- причины возникновения лесных пожаров, меры по их профилактике
- меры безопасности в зоне лесных пожаров
- правила эвакуации
- правила пользования противогазом
- способы остановки кровотечения
- правила наложения резинового жгута
- правила оказания первой медицинской помощи при обморожении и ожоге
- основы здорового образа жизни

уметь:

- правильно переходить улицы
- соблюдать правила поведения при террористических актах
- устанавливать причинно - следственные связи между опасными природными явлениями и ЧС природного характера
- выполнять рекомендации по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения
- соблюдать правила безопасного поведения во время землетрясения
- соблюдать меры безопасности в зоне лесных пожаров
- вовремя и правильно эвакуироваться из здания
- надевать противогаз
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим
- вести здоровый образ жизни

К концу 9 класса учащиеся должны знать:

- виды железнодорожного транспорта
- правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях
- правила поведения в аварийной ситуации в ж/д транспорте
- причины бедствий на реках, морях, океанах
- правила поведения на судне
- индивидуальные и коллективные спасательные средства
- правила эвакуации с аварийного судна
- правила поведения при пожаре на судне
- правила поведения в самолете
- действия при разгерметизации в самолете
- действия при пожаре в самолете
- правила безопасного поведения при угрозе террористических актов
- виды промышленных аварий и катастроф
- причины возникновения пожаров
- меры профилактики пожаров
- правила безопасного поведения при пожарах и взрывах
- правила поведения во время землетрясения
- виды переломов
- правила оказания первой медицинской помощи при переломах

- причины, вызывающие поражение отравляющими веществами
- основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами
- действия населения при оповещении о химическом заражении
- индивидуальные средства защиты
- порядок действий при оповещении о радиоактивном заражении
- виды поражающих факторов и их воздействие на человека
- способы оповещения населения о ЧС техногенного характера **уметь:**
- соблюдать правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях, в вагоне
- соблюдать правила поведения на судне
- пользоваться спасательным жилетом
- соблюдать правила поведения в самолете
- соблюдать правила безопасного поведения во время землетрясения
- оказывать первую медицинскую помощь при переломах
- соблюдать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта
- пользоваться противогазом, респиратором
- быстро готовиться к эвакуации
- оказывать медицинскую помощь при радиационном заражении, при химическом ожоге.

Тематическое планирование.

5 класс

№	тема	час
Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде		
1	Особенности города как среды обитания человека. Особенности жизнедеятельности современного жилища. Чем опасно жилище для человека. Виды опасных и вредных факторов современного жилища	2
2	Как правильно пользоваться электроприборами, газом, водой. Опасные ситуации дома. Как их избежать	2
3	Как действовать при возникновении чрезвычайной ситуации в доме, школе. Правила безопасности в лифте	2
4	Правила безопасности на лестнице. Пожар в жилище. Возможные причины возникновения пожара. Правила поведения при пожаре	2
5	Правила вызова пожарной охраны. Виды общественного транспорта	2
6	Правила безопасности на остановках общественного транспорта. Правила безопасности в автобусе, троллейбусе, трамвае	2
7	Правила оплаты проезда в общественном транспорте. Сигналы светофора	2
Правила безопасного поведения в природной среде		
8	Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Способы преодоления этих ситуаций. Найди выход из ситуации чрезвычайного характера	2
9	Съедобные и несъедобные ягоды, грибы, плоды. Меры осторожности в обращении с дарами природы. Безопасное поведение в лесу	2
10	Ориентирование на местности разными способами. Приметы приближающего дождя. Правила поведения на природе во время дождя и грозы	2
11	Меры безопасности при купании в водоемах. Способы самоспасения и оказания помощи тонущему человеку	2
12	Основные подручные спасательные средства. Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения	2
Правила безопасного поведения в социальной среде		
13	Улица - место повышенной личной опасности. Правила безопасного поведения на улице в различных ситуациях.	2
14	Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении	2

	опасных предметов	
Государственная защита и обеспечения безопасности населения		
15	Понятие об эвакуации. Безопасные маршруты путей эвакуации	2
Основы медицинских знаний		
16	Перевязочные и лекарственные средства. Оказания первой медицинской помощи при ссадинах, порезах, травме	2
Основы здорового образа жизни		
17	Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровый образ жизни. Соблюдение личной гигиены	2
	итого	34

6 класс

№	тема	час
1	Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде Особенности города, в котором мы живем. Наиболее распространенные опасные ситуации в жилище и их последствия	1
2	Особенности города, в котором мы живем. Наиболее распространенные опасные ситуации в жилище и их последствия	1
3	Причины возникновения пожара. Опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь. Правила поведения во время возникновения пожара	1
4	Причины возникновения пожара. Опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь. Правила поведения во время возникновения пожара ¹	1
5	Утечка газа, причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при утечке газа, правила поведения при утечке газа	1
6	Утечка газа, причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при утечке газа, правила поведения при утечке газа ¹	1
7	Затопление жилища, причины, последствия. Правила поведения при затоплении жилища	1
8	Затопление жилища, причины, последствия. Правила поведения при затоплении жилища ¹	1
9	Виды средств бытовой химии по степени потенциальной опасности. Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции. Химические ожоги, их причины, первая помощь при химическом ожоге	1
10	Виды средств бытовой химии по степени потенциальной опасности. Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции. Химические ожоги, их причины, первая помощь при химическом ожоге ¹	1
11	Регулирование улиц и дорог. Дорога и ее главные составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки. Группы дорожных знаков	1
12	Регулирование улиц и дорог. Дорога и ее главные составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки. Группы дорожных знаков ¹	1
13	Перекрестки и их виды. Переход улиц и дорог. Дорожные ситуации, связанные с закрытым обзором. Опасные ситуации на дорогах	1
14	Перекрестки и их виды. Переход улиц и дорог. Дорожные ситуации, связанные с закрытым обзором. Опасные ситуации на дорогах ¹	1
15	Правила безопасного поведения в природной среде Загрязнения воздуха, воды, и почвы в местах проживания, их возможные причины. Профилактика нарушений экологического равновесия	1
16	Загрязнения воздуха, воды, и почвы в местах проживания, их возможные причины. Профилактика нарушений экологического равновесия	1
17	Правила поведения на воде.	1
18	Правила поведения на воде. ¹	1
19	Средства первой помощи при укусе и последующие действия пострадавшего. Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу	1
20	Средства первой помощи при укусе и последующие действия пострадавшего. Правила поведения при встрече с дикими животными в лесу ¹	1
21	Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы.	1

22	Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы. 1	1
23	Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения	1
24	Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения ¹	1
25	Правила безопасного поведения в социальной среде Возможные опасные ситуации при возникновении в жилище незнакомых людей. Правила безопасного поведения при возникновении угрозы личной безопасности. Распознавание намерений незнакомца по его внешнему виду	1
26	Возможные опасные ситуации при возникновении в жилище незнакомых людей. Правила безопасного поведения при возникновении угрозы личной безопасности. Распознавание намерений незнакомца по его внешнему виду	1
27	Поведение в экстремальной ситуации на улице. Алгоритм действий при различных чрезвычайных ситуациях. Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов	1
28	Поведение в экстремальной ситуации на улице. Алгоритм действий при различных чрезвычайных ситуациях. Правила безопасного поведения при обнаружении опасных предметов ¹	1
29	Государственная защита и обеспечения безопасности населения Что такое эвакуация. Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации	1
30	Что такое эвакуация. Ошибки в поведении людей в экстремальной ситуации	1
31	Основы медицинских знаний Перевязочные и лекарственные средства. Понятие о травме. Средства оказания первой медицинской помощи при травмах	1
32	Основы здорового образа жизни Взаимосвязь между образом жизни и здоровьем. Правила личной гигиены	1
33	урок обобщения и повторения	1
34	итоговый урок	1

7 класс

№	тема	час
1.	Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде Переход улиц и дорог. Ошибки пешеходов. Культура поведения на улицах и дорогах	1
2.	Переход улиц и дорог. Ошибки пешеходов. Культура поведения на улицах и дорогах	1
3.	Средства регулирования дорожного движения. Правила для велосипедистов. Выбери ошибки, совершаемые пешеходами	1
4.	Правила безопасного поведения в социальной среде Правила поведения при угрозе террористического акта. Алгоритм действий при угрозе теракта	1
5.	Правила поведения при угрозе террористического акта. Алгоритм действий при угрозе теракта	1
6.	Правила безопасного поведения в природной среде Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций. Формула безопасности (основные принципы самоспасения). Средства и способы самоспасения	1
7.	Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы чрезвычайных ситуаций. Формула безопасности (основные принципы самоспасения). Средства и способы самоспасения	1
8.	Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния. Последовательность действий при вынужденной автономии. Сигналы бедствия и сигнальные средства	1
9.	Автономное существование человека в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния. Последовательность действий при вынужденной автономии. Сигналы бедствия и сигнальные средства ¹	1
10.	«Определи последовательность действий при вынужденной автономии». Ориентирование на местности и выход к населенному пункту	1
11.	«Определи последовательность действий при вынужденной автономии». Ориентирование на местности и выход к населенному пункту ¹	1
12.	Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья. Анализ ситуации и составление	1

	общего плана действий по выживанию	
13.	Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья. Анализ ситуации и составление общего плана действий по выживанию ¹	1
14.	Оборудование временного укрытия. Виды летних и зимних укрытий. Разведение костра. Типы костров. Обогрев временного жилища. Меры профилактики при отравлении угарным газом	1
15.	Оборудование временного укрытия. Виды летних и зимних укрытий. Разведение костра. Типы костров. Обогрев временного жилища. Меры профилактики при отравлении угарным газом	1
16.	Воздействия жары на организм человека. Очистка воды. Опреснение воды. Рыбная ловля и охота	1
17.	Воздействия жары на организм человека. Очистка воды. Опреснение воды. Рыбная ловля и охота ¹	1
18.	Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений. Смена климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации	1
19.	Приготовление пищи, обеспечение пищей. Профилактика пищевых отравлений. Смена климатографических условий. Правила безопасного поведения при акклиматизации ¹	1
20.	Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при купании на воде. Меры безопасности при использовании гребными лодками. Первая помощь утопающему	1
21.	Водоемы летом. Правила безопасного поведения на воде. Меры осторожности при купании на воде. Меры безопасности при использовании гребными лодками. Первая помощь утопающему ¹	1
22.	Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду. Правила спасения при попадании в полынью. Осторожно, ледоход!	1
23.	Водоемы зимой. Меры безопасности при переходе водоемов по льду. Правила спасения при попадании в полынью. Осторожно, ледоход! ¹	1
24.	Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения	1
25.	Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения ¹	1
26.	Государственная защита и обеспечения безопасности населения	1
27.	Правила поведения при эвакуации	1
28.	Основы медицинских знаний Медицинская аптечка, перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии. Лекарственные растения. Использование природных лекарственных средств.	1
29.	Медицинская аптечка, перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии. Лекарственные растения. Использование природных лекарственных средств.	1
30.	Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых. Оказание помощи при травмах	1
31.	Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, укусах змей и насекомых. Оказание помощи при травмах ¹	1
32.	Основы здорового образа жизни Меры укрепления здоровья и профилактика заболеваний. Питание человека. Влияние вредных привычек на здоровье	1
33.	урок обобщения и повторения	1
34.	итоговый урок	1

8 класс

№	тема	час
1	Дорожно-транспортная структура города. Дорожные "ловушки" и навыки безопасного поведения на дорогах. Навыки правильной оценки ситуации на дороге	2
2	Дорожно-транспортная структура города. Дорожные "ловушки" и навыки безопасного поведения на дорогах. Навыки правильной оценки ситуации на дороге ¹	2
3	Захват террористами транспортных средств. Правила поведения при угрозе террористического акта.	2
4	Захват террористами транспортных средств. Правила поведения при угрозе террористического акта. ¹	2

5	Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера, причины ее возникновения. Виды опасных природных явлений	2
6	Понятие о чрезвычайной ситуации природного характера, причины ее возникновения. Виды опасных природных явлений ¹	2
7	Происхождение землетрясений. Основные понятия и параметры. Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения	2
8	Происхождение землетрясений. Основные понятия и параметры. Меры безопасности в условиях землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения ¹	2
9	Извержение вулканов. Правила поведения при извержении вулканов	2
10	Извержение вулканов. Правила поведения при извержении вулканов ¹	2
11	Понятие о моретрясении и цунами, их происхождение. Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясений и цунами	2
12	Понятие о моретрясении и цунами, их происхождение. Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясений и цунами ¹	2
13	Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах. Меры по предупреждению обвалов, оползней, селей, лавин	2
14	Понятие об обвалах, оползнях, селях, лавинах. Меры по предупреждению обвалов, оползней, селей, лавин ¹	2
15	Рекомендации населению по действиям при угрозе и ходе обвалов, оползней, селей, лавин	2
16	Рекомендации населению по действиям при угрозе и ходе обвалов, оползней, селей, лавин ¹	2
17	Происхождение и оценка силы ураганов. Возможные последствия бурь, ураганов, смерчей. Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей	2
	Происхождение и оценка силы ураганов. Возможные последствия бурь, ураганов, смерчей. Действия населения при угрозе бурь, ураганов, смерчей ¹	
	Понятие о наводнениях, их классификация. Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения	
	Понятие о наводнениях, их классификация. Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения ¹	
	Лесные пожары, их виды. Причины возникновения пожаров, их профилактика. Меры безопасности в зоне лесных пожаров	
	Лесные пожары, их виды. Причины возникновения пожаров, их профилактика. Меры безопасности в зоне лесных пожаров ¹	
	Действия во время эвакуации из здания. Определение безопасного маршрута, помощь младшим при эвакуации	
	Действия во время эвакуации из здания. Определение безопасного маршрута, помощь младшим при эвакуации ¹	
	Индивидуальные средства защиты, их назначение. Устройство противогазов и респираторов. Способы применения	
	Индивидуальные средства защиты, их назначение. Устройство противогазов и респираторов. Способы применения ¹	
	Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения. Правила наложения резинового жгута, повязок	
	Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения. Правила наложения резинового жгута, повязок ¹	
	Первая помощь при обморожении, ожоге	
	Первая помощь при обморожении, ожоге ¹	
	Чередование труда и отдыха. Виды отдыха	
	Влияние вредных привычек на организм ребенка	
	урок обобщения и повторения	
	итоговый урок	

9 класс

№	Тема	Кол-во часов
---	------	--------------

1	Виды железнодорожного транспорта. Опасность в вагоне поезда	1
2	Правила поведения на железнодорожной станции и железнодорожных путях	1
3	Виды аварийных ситуаций на железной дороге. Правила поведения в аварийной ситуации	1
4	Причины бедствий на реках, морях, океанах. Правила поведения на судне	1
5	Средства спасения (спасательный жилет, шлюпки, надувные плоты)	1
6	Правила эвакуации с аварийного судна. Ситуация «Человек за бортом». Пожары на судах	1
7	Правила поведения в самолете. Действия при разгерметизации в самолете	1
8	Действия при пожаре в самолете	1
9	Правила безопасного поведения при угрозе и ходе террористического акта	1
10	Алгоритм действий при угрозе террористического акта	1
11	Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Пожаро - и взрывоопасные объекты	1
12	Промышленные аварии и катастрофы	1
13	Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Условия, способствующие горению	1
14	Правила безопасного поведения при пожаре	1
15	Понятия о взрывах. Характеристика взрывов, их причины и последствия	1
16	Виды стихийных бедствий и катастроф, их последствия	1
17	Виды поражающих факторов и их воздействие на человека	1
18	Поражающие факторы ядерного взрыва. Комбинированные радиационные поражения.	1
19	Основы оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении	1
20	Действия населения при оповещении о радиоактивном заражении	1
21	Основные группы отравляющих веществ по силе и скорости воздействия. Причины, вызывающие поражение отравляющими веществами	1
22	Основы оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами	1
23	Действия населения при оповещении о химическом заражении. Индивидуальные средства защиты	1
24	Гидродинамические аварии, их причины и последствия	1
25	Понятие о зоне затопления. Правила безопасного поведения при наводнении	1
26	Меры безопасности и правила поведения в условиях землетрясения	1
27	Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Эвакуация при возникновении ЧС техногенного характера	1
28	Средства индивидуальной защиты. Виды противогазов	1
29	Устройство противогаза, правила пользования	1
30	Виды респираторов, устройство, правила пользования	1
31	Понятие о переломах. Общие принципы оказания первой медицинской помощи при открытых и закрытых переломах	1
32	Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлении химическими веществами	1
33	Влияние физических упражнений на развитие растущего организма, закаливание	1
34	Понятие о токсикомании и наркомании. Развитие психической зависимости от наркомании. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами	1