Управление образования администрации МО ГО «Сыктывкар»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 15»

Рекомендована «УТВЕРЖДАЮ»

на заседании МО учителей Директор МОУ «СОШ № 15»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

МОУ «СОШ № 15» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Протокол №\_\_\_ от « »\_\_\_\_\_\_\_\_20\_г. « »\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г.

Руководитель \_\_\_\_\_\_\_\_

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**Основы безопасности жизнедеятельности**

(название предмета)

**Уровень образования**  основное общее образование

**Срок реализации** 4 года

(Рабочая программа разработана на основе программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-9 классы. В.Н. Латчук. М.: Дрофа, 2007 г.)

Программа составлена А.А. Цибульским, учителем ОБЖ МОУ «СОШ №15»

Сыктывкар 2015г.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Приказом Минобрнауки России от 5 марта 2004г. № 1089 (в ред. Приказов от 03.06.2008г. № 164, от 31.08.2009г. №320, от 19.10.2009г. №427, от 10.11.2011г. № 2643, от 24.01.2012г. № 39, от 31.01.2012г. № 69), с Положением о разработке рабочих программ учебных предметов МОУ «СОШ №15», с учетом примерной программы по ОБЖ, на основе программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-9 классы. В.Н. Латчук. М.: Дрофа, 2007 г. Учебный предмет «ОБЖ» входит в образовательную область « Физическая культура».

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

Содержание программы выстроено по трем 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 общеобразовательной школы основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

В ходе изучения предмета обучающиеся получают знания о здоровом образе жиз­ни, о чрез­вычайных ситуациях природного и техногенного харак­тера, 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.

Для реализации рабочей программы в учебном плане МОУ «СОШ №15» выделено 141 час на период обучения с 5 по 8 класс по 1 часу в неделю с 5 по 8 класс, всего в год 35 часов в 5 – 7 классах, 36 часов в 8 класс.

Цели**:**

- 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.

Организация учебного процесса предусматривает следующие методы обучения- наблюдение, повседневный опыт, интуитивное предсказание, активные методы обучения стимулирующие познавательную деятельность учащихся, интерактивное обучение- обучение основанное на общении, компьютерные методы обучения (адаптивные методы, метод проблем и открытий, метод научных исследований и т.д.) Методы обучения включают устное изложение материала (рассказ, объяснение, инструктирование, лекция), обсуждение объясняемого материала (беседа, классно-групповое занятие, семинар), демонстрацию, упражнение, самостоятельную работу. Виды интерактивных методов используемых в обучении - мозговая атака, обучение в малых группах, деловая игра, метод проектов. Основной организационной формой обучения является урок. Основные принципы, методы и средства обучения конкретизируются и реализуются в ходе урока и через него. Типы уроков - вводный, изучения нового материала, комбинированный, обобщающий. Вид урока определяется по основным методам обучения, или активным формам. Основные виды - объяснительно-иллюстративный, проблемный, телеурок, лекция и т.д. Нетрадиционные формы урока – видеоурок, урок интервью и т. д. проводятся после изучения какой – либо темы, выполняя функции обучающего контроля.

В соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации учащихся на уровне основного общего и среднего образования (ФК ГОС) в программе предусмотрены формы контроля за уровнем усвоения основных теоретических и практических знаний и умений. К ним относятся:

-текущий: письменная проверка (домашние, проверочные, самостоятельные, контрольные, творческие, диагностические работы; письменные ответы на вопросы теста; рефераты), устная проверка (устный ответ на один или систему вопросов в форме рассказа, беседы, собеседования, доклад, устное сообщение, защита проекта)

- промежуточный: контрольная работа, тест, самостоятельная работа

Результаты обучения представлены в требованиях к уровню подготовки выпускников и задают систему итоговых результатов обучения, которых должны достигать все учащиеся при получении среднего общего образования, и достижение которых является обязательным условием положительной аттестации ученика. Эти требования структурированы по годам обучения и по компонентам.

При разработке рабочей программы внесены следующие изменения:

- По сравнению с примерной программой в 5 классе: добавлены часы в 1 разделе в тему 1. «Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде» - 1 ч; сокращено количество часов: в 1 разделе в теме 1. «Правила безопасного поведения в социальной среде» - 1 ч, что связано с проживанием в городе. В 6 классе добавлены часы в 1 разделе в тему 1. «Правила безопасного поведения в природной среде» - 1 ч, сокращено количество часов во 2 разделе в теме 1. «Основы Здорового образа жизни» - 1 ч, что связано с местными особенностями проживания в зоне лесов. В 7 классе добавлены часы в 1 разделе в тему 1. «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях» - 8 ч, сокращено количество часов в 1 разделе на тему «Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения» (2 часа); во 2 разделе в теме 1. «Основы медицинских знаний» - 5 ч; во 2 разделе в теме 2. «Основы Здорового образа жизни» - 1 ч с целью приобретения знаний о поведении в чрезвычайных ситуациях. В 8 классе добавлены часы в 1 разделе в тему 1. «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера» - 2 ч; в 1 разделе добавлена тема 2. «Правила безопасного поведения при нарушении экологического равновесия в местах проживания» - 3 ч. Сокращено количество часов: в 1 разделе в теме 4. «Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения» - 2 ч; во 2 разделе в теме 1. «Основы медицинских знаний» - 1 ч; во 2 разделе в теме 2. «Основы Здорового образа жизни» - 2 ч.

На основании информационного письма МО Республики Коми от 11.03.2014 № 03-05/1 «О реализации этнокультурной составляющей содержания образовательных программ общего образования» в программу включеннационально-региональный компонент, который является составной частью уроков и изучается на уроках с использованием местного материала.

Данная программа реализуется на основе УМК**:**

• 5 класс - В.В.Поляков, М.И.Марков. ОБЖ – М.: Дрофа, 2013

• 6 класс - В.В.Маслов, М.И.Марков. ОБЖ – М.: Дрофа, 2013

• 7 класс - С.Н. Вангородский, М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.В. Марков. ОБЖ – М.: Дрофа, 2013

• 8 класс - С.Н. Вангородский, , М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.В. Марков. ОБЖ – М.: Дрофа, 2013

**Тематический план**

**5-8 классы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Раздел | Всего уроков | Из них практических уроков | |
| практических работ | контрольных работ |
| **1.Безопасность и защита человека в среде обитания** | **25** | **5** | **1** |
| Тема 1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде | **20** | 2 | 1 |
| Тема 2. Правила безопасного поведения в социальной среде | **5** | 3 |  |
| **2.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **9** | **3** | **1** |
| Тема 1. Основы медицинских знаний | 5 | 3 |  |
| Тема 2. Основы здорового образа жизни | 4 |  | 1 |
| **3.Заключение** | 1 |  | **1** |
| **Итого:** | **35** | **8** | **3** |
| **1.Безопасность и защита человека в среде обитания** | **21** | **3** | **1** |
| **2.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **13** | **2** | **1** |
| Тема 1. Основы медицинских знаний | 8 | 2 | 1 |
| Тема 2. Основы Здорового образа жизни | 5 |  |  |
| **3.Заключение** | **1** |  | **1** |
| **Итого:** | **35** | **5** | **3** |
| **1.Безопасность и защита человека в среде обитания** | **28** | **7** | **1** |
| **2.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **6** | **2** | **1** |
| Тема 1. Основы медицинских знаний | 3 | 2 | 1 |
| Тема 2. Основы Здорового образа жизни | 3 |  |  |
| **3.Заключение** | **1** |  | **1** |
|  | **35** | **9** | **3** |
| **1.Безопасность и защита человека в среде обитания** | **25** | **5** | **1** |
| Тема 1. Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера | 18 | 4 | 1 |
| Тема 2. Правила безопасного поведения при нарушении экологического равновесия в местах проживания | 3 | 1 |  |
| Тема 3. Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях | 4 |  |  |
| **2.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **9** | **4** | **1** |
| Тема 1. Основы медицинских знаний | 5 | 4 | 1 |
| Тема 2. Основы здорового образа жизни | 4 |  |  |
| **3.Заключение** | **2** |  | **2** |
| **Итого:** | **36** | **9** | **4** |

**Содержание учебного материала**

**Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

Здоровый образ жизни. Факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье. Вредные привычки и их профилактика.

Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов). Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте.

Пожар. Возможные причины пожара. Меры пожарной безопасности. Правила поведения на пожаре. Использование средств пожаротушения.

Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему.

Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др.

Использование индивидуальных средств защиты: домашней медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки, респиратора, противогаза.

Безопасное поведение человека в природных условиях: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия.

Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами. Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания[**\*(12)**](#sub_912).

Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы самозащиты.

Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятий, на стадионах).

Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта. Поведение при похищении или захвате в качестве заложника.

**Оказание первой медицинской помощи**

Первая медицинская помощь при отравлениях, ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях.

**Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях**

Чрезвычайные ситуации природного характера и поведение в случае их возникновения.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и поведение в случае их возникновения.

Действия населения по сигналу "Внимание всем!" и сопровождающей речевой информации.

Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Эвакуация населения.

**Распределение содержания по классам**

**5 КЛАСС**

Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания

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

Правила безопасного поведения в населенном пункте (городе, поселке)

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 зонах повышенной опасности.

Системы обеспечения безопасности города (полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы). Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

Правила безопасного поведения в быту

Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

Причины возникновения пожаров в жилых помещениях и их последствия. Меры пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, в подъезде, на балконе, в подвале). Что делать, если на человеке загорелась одежда; если в комнате загорелся электроприбор (телевизор, приемник, магнитофон, компьютер), новогодняя елка. Способы эвакуации из горящего здания. Чего не следует делать при пожаре в квартире. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

Правила безопасности при пользовании бытовым газом. Отравление бытовым газом, причины и последствия. Меры профилактики. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения: при обнаружении запаха газа в квартире; при обнаружении запаха газа в подвале, подъезде, во дворе, на улице.

Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. Опасности, возникающие при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами. Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту; правила их безопасного использования.

Затопление жилища. Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.

Правила безопасности при пользовании опасными веществами и средствами бытовой химии. Опасные вещества и средства бытовой химии. Опасности, возникающие при нарушении правил пользования ими. Действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии.

Правила безопасного обращения с животными.

Жизнедеятельность животных в условиях города. Домашние животные и связанные с ними проблемы. Основные правила приобретения домашних животных. Правила обращения с домашними животными. Что делать, если укусила собака. Одичавшие собаки и кошки как переносчики инфекционных заболеваний.

Правила безопасного поведения на улицах и дорогах

Современные улицы и дороги - зоны повышенной опасности. Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Средства безопасности на дороге. Движение пешеходов по улицам и дорогам. Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила движения колонны и групп людей (детей). Правила безопасного поведения велосипедистов на улицах и дорогах.

Правила безопасного поведения на транспорте

Правила безопасного поведения на городском и общественном транспорте. Причины возникновения дорожно-транспортных происшествий. Краткая характеристика современных видов транспорта.

Основные правила безопасности на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях (пожаре, столкновении, перевороте, опрокидывании) на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении; при падении автомобиля в воду. Предотвращение дорожно-транспортных происшествий.

Правила безопасного поведения на метрополитене. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристика. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (пожаре, остановке в туннеле и вынужденной эвакуации, падении на пути и т. п.).

*Практическое занятие №1 «Эвакуация из горящего здания»*

*Практическое занятие № 2 «Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии»*

*Контрольная работа №1 «Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде»*

Тема 2. Правила безопасного поведения в социальной среде

Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях

Понятие личной безопасности. Опасное время.

Опасные и безопасные места в населенном пункте. Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Незнакомые взрослые и подростки.

Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде, в лифте, на лестничной площадке.

Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире): звонок в дверь; дверь вашей квартиры пытаются открыть (взломать); вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта.

Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций на улице. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни во время прогулок. Опасность толпы. Правила безопасного поведения при попадании в толпу. Правила безопасного поведения в местах массового скопления людей (на дискотеке, стадионе).

Правила безопасного поведения при террористических актах

Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении взрывоопасного предмета. Правила безопасного поведения при захвате в заложники. Правила безопасного поведения при освобождении заложников сотрудниками спецслужб.

Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Оповещение населения об опасностях. Специальный сигнал оповещения об опасности «Внимание всеми и действия по этому сигналу. Минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации.

*Практическое занятие № 3 «Правила поведения при возникновении криминогенной ситуации»*

*Практическое занятие № 4 «Правила поведения при обнаружении взрывоопасного предмета»*

*Практическое занятие № 5 «Правила поведения при террористическом акте»*

Раздел 2. Основы медицинских знаний u здорового образа жизни

Тема 1. Основы медицинских знаний

Средства оказания медицинской помощи

Домашняя медицинская аптечка. Правила хранения и проверка лекарственных средств. Перевязочные и лекарственные средства. Правила приема лекарственных средств.

Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях

Общие сведения о травмах и повреждениях организма человека. Понятие о травме (повреждении) и ране. Открытые и закрытые травмы. Общие признаки травм и ранений. Правила оказания первой медицинской Помощи при незначительных открытых ранах.

Первая медицинская помощь при острых состояниях

Общая характеристика кровотечений. Наружное и внутреннее кровотечение. Артериальное, венозное, капиллярное и смешанное кровотечения.

Первая медицинская помощь при кровотечении. Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета, первая медицинская помощь при кровотечении из носа.

*Практическое занятие № 6 «Правила обращения с лекарствами»*

*Практическое занятие № 7 «ПМП при травмах»*

*Практическое занятие № 8 «ПМП при кровотечении»*

Тема 2. Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровье человека и его составляющие. Основные критерии здоровья человека. Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Составляющие здорового образа жизни.

Развитие и изменение организма подростков. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика этих нарушений осанки. Изменения в характере подростков, которые связаны с их физиологическим созреванием.

Факторы, укрепляющие здоровье человека

Личная гигиена и здоровье. Основные понятия личной гигиены. Гигиенические рекомендации по уходу за кожей, зубами, волосами, глазами, ушами. Гигиена одежды; гигиенические требования к одежде, головным уборам, обуви.

Профилактика травм в школьном возрасте

Бытовой травматизм и его профилактика. Понятие о бытовом травматизме и его причины. Опасные предметы домашней обстановки. Опасность окон и подоконников. Предотвращение травматизма в ванной комнате, туалете и на кухне.

*Контрольная работа №2 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»*

Раздел 3. Заключение

*Итоговая контрольная работа за курс 5 класса*

**6 КЛАСС**

Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания

Правила безопасного поведения в условиях природной среды

Опасные и экстремальные ситуации в природе и их причины. Понятие опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях (авария транспортного средства в малонаселенной местности; заблудились в лесу (горах, степи), отстали от группы в турпоходе и др.).

Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортного средства в безлюдной местности. Варианты принятия решений: уход с места происшествия; ожидание помощи на месте происшествия.

Правила предотвращения экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к путешествию (походу) - важный этап обеспечения безопасности. Сбор сведений и изучение местности. Подбор личного и группового туристского снаряжения, общие требования к нему. Организация выполнения правил безопасного поведения на природе.

Выбор и подготовка одежды и обуви. Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью в условиях природной среды. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви. Особенности пользования одеждой и обувью в зимнее время.

Психологические основы выживания в природных условиях. Психическое состояние человека при автономном выживании в природных условиях. Понятие о факторах и стрессорах выживания в природных условиях; их влияние на организм человека. Способы преодоления стрессоров выживания. Преодоление страха и стрессового состояния.

Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях

Правила определения направления выхода. Потеря ориентировки как наиболее частая экстремальная ситуация в природе. Определение направлений выхода в ситуации, когда человек заблудился. Определение направления выхода в случае отставания от группы. Сохранение направления движения. Движение по азимуту. Способы переправы через реку и преодоления болот. Особенности определения направления выхода в зимнее время.

Понятие об ориентировании. Способы ориентирования на местности. Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам, по местным предметам и приметам.

Правила оборудования временного жилища. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время. Особенности укрытий в горах. Правила и способы добывания огня. Выбор места и правила разведения костра. Особенности разведения костра в ненастную погоду и в зимнее время. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение.

Обеспечение водой и питанием. Обеспечение питанием из резервов природы. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении животной и растительной пищи. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования. Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре рыбы и мелких животных.

Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

Смена климатогеографических условий

Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Смена климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.

Правила безопасного поведения на воде

Особенности состояния водоемов в разное время года. Правила безопасного поведения на водоемах летом. Правила безопасного поведения на водоемах зимой. Правила переправы по льду водоемов.

Помощь терпящим бедствие на воде и на льду. Способы самоспасения на воде. Оказание помощи терпящим бедствие на льду. Действия оказавшегося в воде (провалившегося под лед). Основные и подручные спасательные средства на воде. Правила пользования спасательным Кругом. Подручные спасательные средства.

*Практическое занятие № 1 «Ориентирование на местности»*

*Практическое занятие № 2 «Разведение костра»*

*Практическое занятие № 3 «Правила поведения на воде»*

*Контрольная работа № 1. «Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях»*

Раздел 2. Основы медицинских знаний u здорового образа жизни

Тема 1. Основы медицинских знаний

Средства оказания медицинской помощи

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

Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях

Понятие о закрытых повреждениях. Признаки закрытых повреждений. Первая медицинская помощь при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах. Профилактика закрытых повреждений.

Первая медицинская помощь при острых состояниях.

Первая медицинская помощь при укусах змей и насекомых. Признаки укуса змеи. Оказание первой медицинской помощи пострадавшему, укушенному змеей. Признаки укуса насекомых. Оказание первой медицинской помощи при укусах насекомых. Признаки укуса клеща. Оказание первой медицинской помощи при укусе клеща. Клещевой энцефалит. Как уберечься от энцефалита.

Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, солнечном ожоге. Признаки теплового и Солнечного удара. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе. Признаки солнечного ожога. Оказание первой медицинской помощи при солнечном ожоге.

Причины бедствий на воде. Оказание первой медицинской помощи в таких Случаях.

*Практическое занятие № 4 «ПМП при укусах»*

*Практическое занятие № 5 «ПМП при тепловом и солнечном ударе»*

*Контрольная работа № 2. «Первая медицинская помощь при острых состояниях»*

Тема 2. Основы здорового образа жизни

Факторы, укрепляющие здоровье человека

Рациональное питание в жизнедеятельности человека. Понятие о рациональном питании. Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Значение органических (белков, жиров и углеводов) и неорганических (витаминов, минеральных веществ и воды) веществ в питании человека. Рациональное, сбалансированное и калорийное питание. Режим питания. Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию.

Факторы, разрушающие здоровье человека

Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Профилактика табакокурения.

Профилактика травм в школьном возрасте

Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Безопасность при работе на персональном компьютере. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач.

Тема 3. Заключение

*Итоговая контрольная работа за курс 6 класса*

**7 КЛАСС**

Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания

Правила безопасного поведения в ЧС природного характера

Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.

Попятив 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.

Понятие о наводнении, характеристика наводнений. Происхождение наводнений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении, во время и после наводнения. Изготовление и использование самодельных подручных плавательных средств для эвакуации во время наводнения.

Понятие о цунами, характеристика цунами. Происхождение цунами, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Происхождение природных пожаров, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от природных пожаров. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров. Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушение пожара в лесу.

Психологические аспекты выживания в опасных и ЧС

Особенности психологических процессов до, во время и после стихийных бедствий. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

*Практическое занятие № 1 «Правила безопасного поведения во время землетрясения»*

*Практическое занятие № 2 «Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана»*

*Практическое занятие № 3 «Правила безопасного поведения при сходе оползней, обвалов, селей и лавин»*

*Практическое занятие № 4 «Правила безопасного поведения во время ураганов, бурь и смерчей»*

*Практическое занятие № 5 «Правила безопасного поведения во время наводнений»*

*Практическое занятие № 6 «Правила безопасного поведения при цунами»*

*Практическое занятие № 7 «Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара»*

*Контрольная работа № 1. «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера»*

Раздел 2. Основы медицинских знаний u здорового образа жизни

Тема 1. Основы медицинских знаний

Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях

Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях. Понятие о кровотечениях, их классификация и характеристика. Способы и приемы остановки наружного кровотечения путем пальцевого прижатия артерий, наложения давящей повязки, наложения жгута и жгута-закрутки, максимального сгибания конечности, придания приподнятого положения поврежденной конечности. Разновидности повязок и их характеристика. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, на голову, грудь, область живота.

*Практическое занятие № 8 «ПМП при переломах, вывихах и растяжениях»*

*Практическое занятие № 9 «Наложение повязок на верхние и нижние конечности»*

*Контрольная работа №2 «Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях»*

Тема 2. Основы здорового образа жизни

Факторы, укрепляющие здоровье человека

Режим труда и отдыха - необходимое условие здорового образа жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья. Составляющие режима дня и их характеристика.

Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Элементы режима труда и отдыха. Трудовая деятельность школьников. Активный отдых. Сон и рациональное питание. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека. Профилактика утомления и переутомления.

Факторы, разрушающие здоровье человека

Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Профилактика употребления алкогольных напитков. Курение и его влияние на здоровье подростка. Профилактика курения.

Тема 3. Заключение

*Итоговая контрольная работа за курс 7 класса*

**8 КЛАСС**

Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания

Тема 1. Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера

Промышленные аварии и катастрофы. Понятие об аварии, производственной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Понятие о потенциально опасном объекте. Обеспечение личной безопасности при техногенных авариях.

Пожары и взрывы, пожаро-и взрывоопасные объекты. Классификация аварий на пожаро-и взрывоопасных объектах.

Понятие о пожаре. Основные поражающие факторы пожара. Классификация и характеристика пожаров, их причины и последствия. Процесс горения и его условия. Группы возгораемости веществ и материалов. Стадии развития пожара. Условия, способствующие распространению пожаров. Пожары и паника.

Правила безопасного поведения при пожарах. Понятие о взрыве. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Основные поражающие факторы взрыва. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование. Действие взрыва на человека. Правила безопасного поведения при взрывах.

Промышленные аварии с выбросом опасных химических веществ. Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Аварийно химически опасные вещества (АХОВ), их характеристика и поражающие факторы. Классификация аварий с выбросом АХОВ. Причины химических аварий и их возможные последствия. Понятие об очаге химического поражения и зонах химического заражения, их характеристика. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом опасного химического вещества. Основные способы защиты населения и правила безопасного поведения при авариях на железнодорожных и автомобильных магистралях при перевозке опасных грузов.

Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Радиоактивное (ионизирующее) излучение и его воздействие на людей и животных. Свойства радиоактивных веществ. Естественные и искусственные источники ионизирующих излучений. Внешнее и внутреннее облучение человека. Основные гигиенические нормативы облучения. Радиационно опасные объекты. Аварии на радиационно опасных объектах, их классификация и причины. Характеристика очагов поражения при радиационных авариях. Последствия радиационных аварий. Характер поражения людей и животных. Особенности радиоактивного загрязнения местности при авариях на радиационно опасных объектах. Основные способы защиты населения и правила безопасного поведения при авариях на радиационно опасных объектах.

Гидродинамические аварии, их причины и последствия, Поражающие факторы гидродинамических аварий. Классификация гидродинамических аварий. Гидродинамические опасные объекты. Понятие о зоне затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах.

Транспортные аварии. Правила поведения на железнодорожном транспорте. Характеристика железнодорожного транспорта. Наиболее безопасные места в вагоне поезда. Правила безопасности во время поездки. Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде; при сильном задымлении.

Правила безопасного поведения на водном транспорте. Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Действия пассажиров при объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна. Что делать, если человек упал за борт судна.

Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Характеристика авиационного транспорта. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при декомпрессии (разгерметизации салона), при пожаре в самолете, при вынужденной (аварийной) посадке на воду.

*Практическое занятие № 1 «Правила безопасного поведения при взрывах и пожарах»*

*Практическое занятие № 2 «Правила безопасного поведения при авариях с выбросом АХОВ»*

*Практическое занятие № 3 «Правила безопасного поведения при авариях на РА»*

*Практическое занятие № 4 «Правила безопасного поведения при ГА»*

*Контрольная работа № 1. «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера»*

Тема 2. Правила безопасного поведения при нарушении экологического равновесия в местах проживания

Жизнедеятельность человека и состояние природной среды. Антропогенные изменения в природе. Влияние деятельности человека на окружающую среду. Биосфера и человек. Формы негативного воздействия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайной ситуации экологического характера. Классификация чрезвычайных ситуаций экологического характера. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека. Виды загрязнения биосферы.

Изменение состава и свойств атмосферы (воздушной среды). Источники загрязнения атмосферы. Зависимость климата от прозрачности атмосферы. Парниковый эффект. Разрушение озонового экрана. Кислотные осадки. Выбросы вредных веществ. Изменение состояния гидросферы (водной среды). Значение воды для жизни на Земле. Физико-химические качества питьевой воды. Понятие о сточных водах. Классификация и характеристика сточных вод: бытовых, атмосферных, производственных.

Изменение состояния суши (почвы, недр, ландшафта). Функции и значение почвы.

Причины опасного влияния почвы на здоровье человека. Опасность, исходящая из почвенных покровов в связи с широким применением пестицидов. Деградация почвы и ее причины. Влияние отходов на загрязнение почвы. Твердые и жидкие отходы.

Показатели предельно допустимых воздействий на природу. Понятие о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве. Нормы качества атмосферы, воды и почвы. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятной экологической обстановкой.

*Практическое занятие № 5 «ПДК воздуха, воды и продуктов»*

Тема 3. Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях

Особенности психологических процессов в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Рекомендации по психологической подготовке к действиям в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Психологические аспекты выживания в опасных и ЧС.

Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Речевая информация, передаваемая по радиотрансляционной сети, радиоприемникам, телевидению о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Эвакуация населения при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Использование населением средств индивидуальной защиты при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Инженерная, радиационная и химическая защита населения при чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Раздел 2. Основы медицинских знаний u здорового образа жизни

Тема 1. Основы медицинских знаний

Первая медицинская помощь при острых состояниях

Первая медицинская помощь при отравлении опасными химическими веществами. Пути попадания ядовитых веществ в организм человека: через органы дыхания, через желудочно-кишечный тракт, через кожу. Наиболее характерные и общие признаки химического отравления. Общие правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим при отравлении опасными химическими веществами.

Первая медицинская помощь при ожогах химическими веществами. Причины и последствия химических ожогов. Оказание первой медицинской помощи при ожоге кислотой. Оказание первой медицинской помощи при ожоге щелочью.

Первая медицинская помощь при отравлении минеральными удобрениями и другими химикатами. Причины, последствия и признаки отравления минеральными удобрениями и другими химикатами. Оказание первой медицинской помощи при первых признаках отравления минеральными удобрениями, при отравлении минеральными удобрениями через дыхательные пути, при попадании химикатов в глаза.

*Практическое занятие №6 «ПМП при отравлении бытовыми химическими веществами»*

*Практическое занятие № 7 «ПМП при отравлении химическими веществами»*

*Практическое занятие № 8 «ПМП при отравлении АХОВ»*

*Практическое занятие № 9 «ПМП при ожогах химическими веществами»*

*Контрольная работа № 2. «Первая медицинская помощь при травмах и острых состояниях»*

Тема 2. Основы здорового образа жизни

Факторы, укрепляющие здоровье человека.

Движение - естественная потребность организма человека. Избыток и недостаток движения как причина многих заболеваний.

Физическая культура. Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Воспитание необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Развитие сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств. Средства развития физических качеств. Принципы поддержания хорошей физической формы и правила безопасности при выполнении физических упражнений.

Закаливание организма. Понятие о закаливании. Принципы закаливания. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Факторы окружающей среды, применяемые для закаливания организма. Закаливание воздухом. Солнечные ванны. Закаливание водой. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма.

Факторы, разрушающие здоровье человека.

Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических и токсических веществ на организм человека. Три основных признака наркомании и токсикомании. Развитие психической зависимости от наркотика. Развитие физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами.

Тема 3. Заключение

*Итоговая контрольная работа за курс ОБЖ 8 класса*

**Перечень обязательных проверочных, практических и контрольных работ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | **Название контрольной работы** |
| ***5 класс*** | |
| 1 | Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде |
| 2 | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни |
| 3. | Итоговая контрольная работа за курс 5 класса |
| ***6 класс*** | |
| 1 | Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях |
| 2 | Первая медицинская помощь при острых состояниях |
| 3 | Итоговая контрольная работа за курс 6 класса |
| ***7 класс*** | |
| 1 | Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера |
| 2 | Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях |
| 3 | Итоговая контрольная работа за курс 7 класса |
| ***8 класс*** | |
| 1 | Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера |
| 2 | Первая медицинская помощь при травмах и острых состояниях |
| 3 | Итоговая контрольная работа за курс ОБЖ 8 класса |

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | **Название практической работы** |
| **5 класс** | |
| 1 | Эвакуация из горящего здания |
| 2 | Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии |
| 3 | Правила поведения при возникновении криминогенной ситуации |
| 4 | Правила поведения при обнаружении взрывоопасного предмета |
| 5 | Правила поведения при террористическом акте |
| 6 | Правила обращения с лекарствами |
| 7 | ПМП при травмах |
| 8 | ПМП при кровотечении |
| **6 класс** | |
| 1 | Ориентирование на местности |
| 2 | Разведение костра |
| 3 | Правила поведения на воде |
| 4 | ПМП при укусах |
| 5 | ПМП при тепловом и солнечном ударе |
| **7 класс** | |
| 1 | Правила безопасного поведения во время землетрясения |
| 2 | Правила безопасного поведения при забла­говременном оповещении об извержении вулкана |
| 3 | Правила безопасного поведения при сходе оползней, обвалов, селей и лавин |
| 4 | Правила безопасного поведения во время ураганов, бурь и смерчей |
| 5 | Правила безопасного поведения во время наводнений |
| 6 | Правила безопасного поведения при цунами |
| 7 | Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара |
| 8 | ПМП при переломах, вывихах и растяжениях |
| 9 | Наложение повязок на верхние и нижние конечности |
| **8 класс** | |
| 1 | Правила безопасного поведения при взрывах и пожарах |
| 2 | Правила безопасного поведения при авариях с выбросом АХОВ |
| 3 | Правила безопасного поведения при авариях на РА |
| 4 | Правила безопасного поведения при ГА |
| 5 | ПДК воздуха, воды и продуктов |
| 6 | ПМП при отравлении бытовыми химическими веществами |
| 7 | ПМП при отравлении химическими веществами |
| 8 | ПМП при отравлении АХОВ |
| 9 | ПМП при ожогах химическими веществами |

**Требования к уровню подготовки выпускников**

**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, 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;

- 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);

**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.

**Критерии и нормы оценки знаний учащихся**

***Оценка устных ответов***

**Оценка «5» выставляется, если  ученик:**

1. Показывает глубокое и полное знание и понимание всего объёма программного материала; полное понимание сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей, теорий, взаимосвязей;

2. Умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала; выделять главные положения, самостоятельно подтверждать ответ конкретными примерами, фактами; самостоятельно и аргументировано делать анализ, обобщения, выводы. Устанавливать межпредметные (на основе ранее приобретенных знаний) и внутрипредметные связи, творчески применять полученные знания в незнакомой ситуации. Последовательно, чётко, связно, обоснованно и безошибочно излагать учебный материал; давать ответ в логической последовательности с использованием принятой терминологии; делать собственные выводы; формулировать точное определение и истолкование основных понятий, законов, теорий; при ответе не повторять дословно текст учебника; излагать материал литературным языком; правильно и обстоятельно отвечать на дополнительные вопросы учителя. Самостоятельно и рационально использовать наглядные пособия, справочные материалы, учебник, дополнительную литературу, первоисточники; применять систему условных обозначений при ведении записей, сопровождающих ответ; использование для доказательства выводов из наблюдений и опытов;

3. Самостоятельно, уверенно и безошибочно применяет полученные знания в решении проблем на творческом уровне; допускает не более одного недочёта, который легко исправляет по требованию учителя; имеет необходимые навыки работы с приборами, чертежами, схемами и графиками, сопутствующими ответу; записи, сопровождающие ответ, соответствуют требованиям.

**Оценка «4» выставляется, если:**

1. Показывает знания всего изученного программного материала. Даёт полный и правильный ответ на основе изученных теорий; незначительные ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, определения понятий дал неполные, небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях из наблюдений и опытов; материал излагает в определенной логической последовательности, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно при требовании или при небольшой помощи преподавателя; в основном усвоил учебный материал; подтверждает ответ конкретными примерами; правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

2. Умеет самостоятельно выделять главные положения в изученном материале; на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи. Применять полученные знания на практике в видоизменённой ситуации, соблюдать основные правила культуры устной речи и сопровождающей письменной, использовать научные термины;

3. Не обладает достаточным навыком работы со справочной литературой, учебником, первоисточниками (правильно ориентируется, но работает медленно).

**Оценка «3» ставится, если ученик:**

1. Усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы в усвоении материала, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала;
2. Материал излагает несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно;
3. Показывает недостаточную сформированность отдельных знаний и умений; выводы и обобщения аргументирует слабо, допускает в них ошибки.
4. Допустил ошибки и неточности в использовании научной терминологии, определения понятий дал недостаточно четкие;
5. Не использовал в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, фактов, опытов или допустил ошибки при их изложении;
6. Испытывает затруднения в применении знаний, необходимых для решения задач различных типов, при объяснении конкретных явлений на основе теорий и законов, или в подтверждении конкретных примеров практического применения теорий;
7. Отвечает неполно на вопросы учителя (упуская и основное), или воспроизводит содержание текста учебника, но недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение в этом тексте;

8. Обнаруживает недостаточное понимание отдельных положений при воспроизведении текста учебника (записей, первоисточников) или отвечает неполно на вопросы учителя, допуская одну-две грубые ошибки.

**Оценка «2» ставится, если ученик:**

1. Не усвоил и не раскрыл основное содержание материала;
2. Не делает выводов и обобщений.
3. Не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов;
4. Или имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов и задач по образцу;

5. Или при ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи учителя.

**Примечание.**

По окончанию устного ответа учащегося педагогом даётся краткий анализ ответа, объявляется мотивированная оценка. Возможно привлечение других учащихся для анализа ответа, самоанализ, предложение оценки.

***Оценка тестовых работ***

При проведении тестовых работ по ОБЖ критерии оценок следующие:

**«5» -** 80 – 100 %;

**«4» -** 65 – 79 %;

**«3» -** 40 – 64 %;

**«2» -** менее 40 %.

***Оценка самостоятельных, практических и контрольных работ***

**Оценка «5» ставится, если ученик:**

1. Выполнил работу без ошибок и недочетов;

2. Допустил не более одного недочета.

**Оценка «4» ставится, если ученик выполнил работу полностью, но допустил в ней:**

1. Не более одной негрубой ошибки и одного недочета;

2. Или не более двух недочетов.

**Оценка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее половины работы или допустил:**

1. Не более двух грубых ошибок;
2. Или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета;
3. Или не более двух-трех негрубых ошибок;
4. Или одной негрубой ошибки и трех недочетов;

5. Или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов.

**Оценка «2» ставится, если ученик:**

1. Допустил число ошибок и недочетов превосходящее норму, при которой может быть выставлена оценка «3»;
2. Или если правильно выполнил менее половины работы.

**Примечание**

1. Учитель имеет право поставить ученику оценку выше той, которая предусмотрена нормами, если учеником оригинально выполнена работа.

2. Оценки с анализом доводятся до сведения учащихся, как правило, на последующем уроке, предусматривается работа над ошибками, устранение пробелов.

**Список литературы для учащихся**

1. 5 класс - В.В. Поляков, М.И. Марков. ОБЖ – М.: Дрофа, 2013
2. 6 класс - В.В. Маслов, М.И. Марков. ОБЖ – М.: Дрофа, 2013
3. 7 класс - С.Н. Вангородский, М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.В. Марков. ОБЖ – М.: Дрофа, 2013
4. 8 класс - С.Н. Вангородский, , М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.В. Марков. ОБЖ – М.: Дрофа, 2013
5. В.А. Акимов, Р.А. Дурнев, С.К. Миронов. Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы.- М.: Дрофа, 2008.-285с.

Ссылки на образовательные ресурсы Интернета по основам безопасности

жизнедеятельности:

<http://www.school.edu.ru/> – Каталог ресурсов по ОБЖ Российского общеобразовательного портала;

<http://www.znakcomplect.ru/> – Инструкции, учебные фильмы, иллюстрированные инструктажи, видеоинструктажи, тематические стенды и плакаты по охране труда, безопасности дорожного движения, технике безопасности, безопасности жизнедеятельности;

<http://www.сaim.ru/> - Банк рефератов по безопасности жизнедеятельности;

<http://www.school-obz.org> – Основы безопасности жизнедеятельности, информационно- методическое издание для преподавателей МЧС России;

<http://www.alleng.ru/edu/> - Методические материалы, тесты, билеты, книги и учебные пособия по ОБЖ;

<http://www.window.edu.ru/> – Каталог по основам безопасности жизнедеятельности единого окна доступа к образовательным ресурсам;

<http://www.obzh.info> – Личная безопасность в различных условиях;

<http://www.school-collection.edu.ru/catalog/res/> - Библиотека электронных наглядных пособий по ОБЖ для 5-11 классов;

<http://www.edu-navigator.ru/> - Каталог ресурсов по ОЬЖ;

<http://www.russmag.ru/> – Материалы журнала «Основы безопасности жизни»;

<http://www.warning.dp.ua> – Справочник по безопасности, пособие по выживанию, поведение в экстремальных ситуациях

**Приложение**

**Календарно – тематическое планирование**

**5 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | | **Тема урока** | **Количество** |
| **Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания (25 ч)** | | |  |
| **Тема 1. Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде (20 ч)** | | |  |
| 1 | | Введение. **Город и село.** | 1 |
| 2 | | Особенности города как среды обитания человека | 1 |
| 3 | | Источники и зоны повышенной опасности в современном городе. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности | 1 |
| 4 | | Системы обеспечения безопасности города. | 1 |
| 5 | | Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. | 1 |
| 6 | | Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище. | 1 |
| 7 | | Причины возникновения пожаров в жилых помещениях и их последствия. | 1 |
| 8 | | Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, в подъезде, на балконе, в подвале); способы эвакуации из горящего здания. *Практическая работа №1: «Эвакуация из горящего здания»* | 1 |
| 9 | | Правила безопасности при пользовании бытовым газом. | 1 |
| 10 | | Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. | 1 |
| 11 | | Затопление жилища. | 1 |
| 12 | | Правила безопасности при пользовании опасными веществами и средствами бытовой химии. *Практическая работа №2: «Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии»* | 1 |
| 13 | | Правила безопасного обращения с животными. | 1 |
| 14 | | Современные улицы и дороги – зоны повышенной опасности. | 1 |
| 15 | | Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. | 1 |
| 16 | | Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. | 1 |
| 17 | | Правила безопасного поведения на городском и общественном транспорте. Железнодорожный транспорт | 1 |
| 18 | | Авиационный транспорт | 1 |
| 19 | | Морской и речной транспорт | 1 |
| 20 | | К/р № 1: «Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде» | 1 |
| **Тема 2. Правила безопасного поведения в социальной среде (5 ч)** | | |  |
| 21 | Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире), подъезде. *Практическая работа №3: «Правила поведения при возникновении криминогенной ситуации»* | | 1 |
| 22 | Правила безопасного поведения при поведения при возникновении криминогенных ситуаций на улице. | | 1 |
| 23 | Правила безопасного поведения при обнаружении взрывоопасного предмета. *Практическая работа №4: «Правила поведения при обнаружении взрывоопасного предмета»* | | 1 |
| 24 | Правила безопасного поведения при захвате в заложники, при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. *Практическая работа №5: «Правила поведения при террористическом акте»* | | 1 |
| 25 | Оповещение населения об опасностях | | 1 |
| **Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 ч)** | | | 1 |
| **Тема 1. Основы медицинских знаний (5 ч)** | | | 1 |
| 26 | Домашняя медицинская аптечка. Правила приема лекарственных средств. *Практическая работа №6: «Правила обращения с лекарствами»* | | 1 |
| 27 | Общие сведения о травмах и повреждениях. *Практическая работа №7: «ПМП при травмах»* | | 1 |
| 28 | Правила оказания первой медицинской помощи | | 1 |
| 29 | Общая характеристика кровотечений. | | 1 |
| 30 | Первая медицинская помощь при кровотечении. *Практическая работа №8: «ПМП при кровотечении»* | | 1 |
| **Тема 2. Основы здорового образа жизни (4 ч)** | | | 1 |
| 31 | Здоровье и его составляющие. | | 1 |
| 32 | Развитие и изменение организма подростков. | | 1 |
| 33 | Личная гигиена и здоровье | | 1 |
| 34 | К/работа №2: «Бытовой травматизм и его профилактика» | | 1 |
| 35 | Итоговая контрольная работа за курс 5 класса | | 1 |

**6 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Количество** |
|
| **Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания (21 час)** | |  |
| 1 | Введение. Природа и опасные ситуации в ней | 1 |
| 2 | Опасные и экстремальные ситуации в природе и их причины. | 1 |
| 3 | Правила предотвращения экстремальных ситуаций в природных условиях. | 1 |
| 4 | Выбор и подготовка одежды и обуви. | 1 |
| 5 | Понятия о факторах и стрессорах выживания. | 1 |
| 6 | Преодоление страха и стрессового состояния. | 1 |
| 7 | Потеря ориентировки как наиболее частая экстремальная ситуация в природе. | 1 |
| 8 | Определение направление выхода в случае отставания от группы. | 1 |
| 9 | Ориентирование на местности. *Практическая работа №1: «Ориентирование на местности»* | 1 |
| 10 | Правила оборудования временного жилища. | 1 |
| 11 | Обеспечение водой и питанием. | 1 |
| 12 | Правила и способы добычи огня. *Практическая работа №2: «Разведение костра»* | 1 |
| 13 | Сигнала бедствия в условиях вынужденного существования. | 1 |
| 14 | К/Работа №1: «Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях» | 1 |
| 15 | Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий; | 1 |
| 16 | Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий. | 1 |
| 17 | Особенности состояния водоемов в разное время года. | 1 |
| 18 | Правила безопасного поведения на водоемах ле­том и зимой. Правила переправы по льду водоемов. | 1 |
| 19 | Помощь терпящим бедствие на воде и на льду. | 1 |
| 20 | Основные и подручные спа­сательные средства на воде. | 1 |
| 21 | Правила безопасного поведения на воде. *Практическая работа №3: «Правила поведения на воде»* | 1 |
| **Раздел 2. Основы медицинских знаний u здорового образа жизни (13 часов)** | |  |
| **Тема 1. Основы медицинских знаний (8 часов)** | | 1 |
| 22 | Аптечка первой медицинской помощи (поход­ная). Использование лекарственных расте­ний для оказания первой медицинской помощи. | 1 |
| 23 | Закрытые повреждения. | 1 |
| 24 | Профилактика закрытых повреждений. I МП при укусе клеща. | 1 |
| 25 | ПМП при укусах змей. | 1 |
| 26 | ПМП при укусах насекомых. *Практическая работа №4: «ПМП при укусах»* | 1 |
| 27 | ПМП при тепловом и солнечном ударе, солнечном ожоге. *Практическая работа №5: «ПМП при тепловом и солнечном ударе»* | 1 |
| 28 | ПМП при обморожении. | 1 |
| 29 | К/работа №2: «Первая медицинская помощь при острых состояниях» | 1 |
| **Тема 2. Основы здорового образа жизни (5 часов)** | |  |
| 30 | Рациональное питание в жизнедеятельности человека. | 1 |
| 31 | Значение органических и неорганических веществ в питании человека. | 1 |
| 32 | Гигиена и культура питания. | 1 |
| 33 | Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. | 1 |
| 34 | Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при работе на персональном компьютере и просмотре телевизионных передач. | 1 |
| 35 | *Итоговая контрольная работа за курс 6 класса* | 1 |

**7 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Тема урока** | **Количество** |
|
| **Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания (28 часов)** | |  |
| 1 | Введение. Чрезвычайные ситуации природного характера, их классификация и опасность | 1 |
| 2 | Землетрясения. Характеристика и происхождение землетрясений. | 1 |
| 3 | Происхождение и причины землетрясений | 1 |
| 4 | Последствия землетрясений и меры по снижению потерь и ущерба от землетрясений | 1 |
| 5 | Правила безопасного поведения во время и после землетрясения. *Практическая работа №1: «Правила безопасного поведения во время землетрясения»* | 1 |
| 6 | Вулканы. Понятие и характеристика извержений. | 1 |
| 7 | Происхождение и виды вулканов. Последствия извержения вулканов. | 1 |
| 8 | Правила безопасного поведения во время и после извержения вулканов. *Практическая работа №2: «Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана»* | 1 |
| 9 | Оползни, их классификация и причины возникновения. | 1 |
| 10 | Сели (селевые потоки), причины их зарождения и виды | 1 |
| 11 | Обвалы, их причины и разновидности | 1 |
| 12 | Снежные лавины, условия для возникновения лавин | 1 |
| 13 | Последствия оползней, селей, обвалов, лавин и меры по уменьшению потерь от них | 1 |
| 14 | Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, обвалов, селей и лавин. *Практическая работа №3: «Правила безопасного поведения при сходе оползней, обвалов, селей и лавин»* | 1 |
| 15 | Происхождение и виды ураганов, бурь и смерчей. | 1 |
| 16 | Последствия ураганов, бурь и смерчей. | 1 |
| 17 | Меры по уменьшению ущерба от ураганов, бурь и смерчей. | 1 |
| 18 | Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. *Практическая работа №4: «Правила безопасного поведения во время ураганов, бурь и смерчей»* | 1 |
| 19 | Происхождение и виды наводнений | 1 |
| 20 | Последствия наводнений. Меры по уменьшению ущерба от наводнений. | 1 |
| 21 | Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений. *Практическая работа №5: «Правила безопасного поведения во время наводнений»* | 1 |
| 22 | Происхождение и классификация цунами. Последствия цунами. Прогнозирование цунами и меры по уменьшению ущерба от них. | 1 |
| 23 | Правила безопасного поведения при цунами. *Практическая работа №6: «Правила безопасного поведения при цунами»* | 1 |
| 24 | Природные пожары. | 1 |
| 25 | Лесные и торфяные пожары, происхождения, причины и последствия. | 1 |
| 26 | Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара и его тушение. *Практическая работа №7: «Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара»* | 1 |
| 27 | К/работа №1: «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера» | 1 |
| 28 | Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера. Особенности поведения людей во время стихийного бедствия и после него. | 1 |
| **Раздел 2. Основы медицинских знаний u здорового образа жизни (6 часов)** | |  |
| **Тема 1. Основы медицинских знаний (3 часа)** | |  |
| 29 | Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности. *Практическая работа №8: «ПМП при переломах, вывихах и растяжениях»* | 1 |
| 30 | Отработка практических навыков наложения повязок на руку и ногу. *Практическая работа №9: «Наложение повязок на верхние и нижние конечности»* | 1 |
| 31 | К/работа №2: «Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях» | 1 |
| **Тема 2. Основы здорового образа жизни (3 часа)** | |  |
| 32 | Режим – необходимое условие здорового образа жизни. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здорового человека. | 1 |
| 33 | Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. | 1 |
| 34 | Профилактика употребления алкогольных напитков. | 1 |
| 35 | *Итоговая контрольная работа за курс 7 класса* | 1 |

**8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Количество** |
|
| **Раздел 1. Безопасность и защита человека в среде обитания (25 часов)** | |  |
| **Тема 1. Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (18 часов)** | |  |
| 1 | Введение. Промышленные аварии и катастрофы. | 1 |
| 2 | Пожары. Причины возникновения пожаров и их последствия. | 1 |
| 3 | Взрывы. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. | 1 |
| 4 | Причины возникновения взрывов и их последствия. | 1 |
| 5 | Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. *Практическая работа №1: «Правила безопасного поведения при взрывах и пожарах»* | 1 |
| 6 | Виды аварий на химически опасных объектах. | 1 |
| 7 | Аварийно химически опасные вещества (АХОВ), их классификация и их поражающее действие на организм человека | 1 |
| 8 | Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Защита населения от АХОВ | 1 |
| 9 | Правила безопасного поведения при авариях с выбросом АХОВ. *Практическая работа №2: «Правила безопасного поведения при авариях с выбросом АХОВ»* | 1 |
| 10 | Использование средств индивидуальной и коллективной защиты | 1 |
| 11 | Виды аварий на радиационно-опасных объектах. | 1 |
| 12 | Виды аварий на радиационно опасных объектах. Характеристика очагов поражения при этих авариях. | 1 |
| 13 | Последствия РА, характер поражения людей, животных, загрязнения с/х растений и продуктов питания. | 1 |
| 14 | Правила безопасного поведения при РА. *Практическая работа №3: «Правила безопасного поведения при авариях на РА»* | 1 |
| 15 | Гидродинамические аварии. Виды гидродинамических аварий | 1 |
| 16 | Причины и их последствия. | 1 |
| 17 | Меры по уменьшению потерь и правила безопасного поведения при ГА. *Практическая работа №4: «Правила безопасного поведения при ГА»* | 1 |
| 18 | К/работа №1: «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера» | 1 |
| **Тема 2. Правила безопасного поведения при нарушении экологического равновесия в местах проживания (3 часа)** | |  |
| 19 | Жизнедеятельность человека и состояние природной среды. Изменение состава и свойств атмосферы, суши, почвы. | 1 |
| 20 | Влияние изменений на здоровье человека и на природу. | 1 |
| 21 | Показатели предельно допустимых воздействий на природу. *Практическая работа №5: «ПДК воздуха, воды и продуктов»* | 1 |
| **Тема 3. Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях (4 часа)** | |  |
| 22 | Особенности психологических процессов в ЧС техногенного характера | 1 |
| 23 | Особенности поведения людей во время ЧС и после него. | 1 |
| 24 | Психологические аспекты выживания в опасных и ЧС | 1 |
| 25 | Оповещение населения о ЧС техногенного характера. Эвакуация населения при возникновении ЧС техногенного характера. | 1 |
| **Раздел 2. Основы медицинских знаний u здорового образа жизни (9 часов)** | |  |
| **Тема 1. Основы медицинских знаний (5 часов)** | |  |
| 26 | Первая медицинская помощь при отравлении опасными химическими веществами. *Практическая работа №6: «ПМП при отравлении бытовыми химическими веществами»* | 1 |
| 27 | Первая медицинская помощь при поражении АХОВ. *Практическая работа №7: «ПМП при отравлении химическими веществами»* | 1 |
| 28 | Первая медицинская помощь при поражении АХОВ. *Практическая работа №8: «ПМП при отравлении АХОВ»* | 1 |
| 29 | Первая медицинская помощь при ожогах химическими веществами, при отравлении минеральными удобрениями и другими химикатами. *Практическая работа №9: «ПМП при ожогах химическими веществами»* | 1 |
| 30 | К/работа №2: «Первая медицинская помощь при травмах и острых состояниях» | 1 |
| **Тема 2. Основы здорового образа жизни (4 часа)** | |  |
| 31 | Движение – естественная потребность организма человека и физическая культура. | 1 |
| 32 | Закаливание организма. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма | 1 |
| 33 | Табакокурение и алкоголизм. Понятие о наркомании и токсикомании. | 1 |
| 34 | Признаки отравления лекарственными препаратами. Основы репродуктивного здоровья подростков | 1 |
| 35 | Итоговая контрольная работа за курс ОБЖ 8 класса | 1 |
| 35 | Итоговая контрольная работа за курс ОБЖ 8 класса | 1 |