

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №57 имени Степновой Зои Ивановны  
(МБОУ «СОШ №57»)»

Принято  
на Педагогическом совете  
Протокол № 11 от 30. 08. 2024 г.

Утверждено  
Директор МБОУ «СОШ №57»  
\_\_\_\_\_ С.А. Мананков

приказ № 262 от 02. 09. 2024 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID                    )

**учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины»**

для обучающихся 7 классов

**Ижевск, 2024 г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса составлена на основе комплексной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-9 классов общеобразовательных учреждений А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. - М, «Просвещение» 2014г.

Рабочая программа рассчитана на 34 часа (1 раз в неделю).

Учебный курс «Безопасность жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Курс предназначен для:

- формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;
- выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- приобретения учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;
- формирования у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

За основу проектирования структуры и содержания программы принят модульный принцип ее построения и комплексный подход к наполнению содержания для формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни и антитеррористического поведения.

*Структура курса «Безопасность жизнедеятельности» 7 класс* при модульном построении содержания включает в себя два учебных модуля, пять разделов и девять тем.

**Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства.** Обеспечивает формирование у обучаемых комплексной безопасности жизнедеятельности

в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Модуль включает раздел:

*Раздел 1. «Основы комплексной безопасности»*

**Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Решает задачи духовно-нравственного воспитания обучающихся, формирования у них индивидуальной системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, а также умений оказывать первую медицинскую помощь.

Модуль включает два раздела.

*Раздел 2. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.*

*Раздел 3. Основы здорового образа жизни.*

Понятийная база и содержание курса ОБЖ 5-9 класса основаны на положениях федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов в области безопасности личности, общества и государства, в том числе:

- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537);
- Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010г. № 690), также на Требованиях к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, предоставленной в федеральном государственном образовательном стандарте общего образования второго поколения.

### **МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается с 7 по 9 класс из расчета 1 ч в неделю для каждой параллели (всего 105 часов).

Решением органов, осуществляющих управление в сфере образования, курс «Основы безопасности жизнедеятельности» может изучаться как обязательный предмет с 5 по 9 класс всего 315 часов), что и предусмотрено в рабочей программе и учебниках под редакцией А.Т.Смирнова.

Преподавание предмета «Безопасность жизнедеятельности» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 1 часа в неделю за счет времени регионального компонента, 34 часа в год.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ, ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

#### **Личностные результаты обучения:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Предметные результаты обучения:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**Метапредметными результатами обучения курса «Безопасность жизнедеятельности является (УУД).**

Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

7 класс

## **Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (24 ч)**

### **Подготовка к активному отдыху на природе (5 ч)**

**Природа и человек.** Особенности природной среды. Необходимость сохранения окружающей природной среды.

**Ориентирование на местности.** Понятие ориентирования на местности. Способы определения сторон горизонта в дневное и ночное время.

**Определение своего местонахождения и направления движения на местности.** Определение своего местонахождения с помощью карты. Способы ориентирования карты : по компасу, по линиям местности, по направлениям на местные предметы. Движение по маршрутам по азимуту.

**Подготовка к выходу на природу.** Порядок и содержание предварительной подготовки к выходу на природу. Распределение обязанностей между участниками похода. Требования к определению района похода и к маршруту движения. Режим похода.

**Определение места для бивака и организация бивачных работ.** Понятие «бивак». Выбор места для бивака. Организация основных бивачных работ: заготовка топлива, разведение костра, приготовление пищи.

**Определение необходимого снаряжения для похода.** Особенности подбора и подготовки к походу туристского снаряжения в зависимости от условий похода .Одежда туриста, требования к ней. Комплект аптечки первой помощи.

### **Активный отдых на природе и безопасность (5 ч)**

**Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.** Общие правила безопасного поведения во время активного отдыха на природе. Необходимость тщательной подготовки к любому выходу на природу. Значение соблюдения правил личной безопасности в походе.

**Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.** Особенности пешеходного туризма. Порядок движения туристов по равнинной и горной местности. Обеспечение безопасности туриста в пешем походе по равнинной и горной местности.

**Подготовка и проведение лыжных походов.** Особенности подготовки и проведения лыжных походов. Особенности экипировки и снаряжения туриста-лыжника. Режим движения лыжника. Обеспечение безопасности туриста-лыжника в походе.

**Водные походы и обеспечение безопасности на воде.** Особенности водного туризма. Требования к уровню подготовки туриста-водника. Этапы подготовки к водному походу. Правила безопасного поведения на воде во время похода.

**Велосипедные походы и безопасность туристов.** Основные особенности велосипедного туризма и требования, предъявляемые к его участникам. Мероприятия, проводимые при подготовке к велосипедному походу. Обеспечение безопасности, в том числе личной, участников велосипедного похода.

### **Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности (6 ч)**

**Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме.** Общие представления о дальнем и

выездном туризме. Влияние дальних поездок на здоровье человека. Общие правила подготовки к дальнему и выездному туризму. Личная безопасность человека в дальнем и выездном туризме.

**Акклиматизация человека в различных климатических условиях.** Акклиматизация- неизбежный процесс, происходящий в организме человека, связанный с приспособлением организма к новым климатическим условиям. Факторы, влияющие на акклиматизацию человека. Особенности акклиматизации к условиям холодного климата, жаркого климата..

Общие правила поведения человека в новых климатических условиях для обеспечения его личной безопасности.

**Акклиматизация в горной местности.** Особенности климатических условий в горах. Влияние высоты на организм человека. Горная болезнь. Особенности акклиматизации в горах.

Обеспечение личной безопасности с учетом колебаний температуры воздуха, солнечной радиации и влажности воздуха в горах.

**Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.** Общие меры по обеспечению безопасности пассажиров при следовании к местам отдыха различными видами транспорта. Правила по обеспечению личной безопасности при поездке к месту отдыха в автомобиле, в железнодорожном транспорте.

**Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.** Способы и средства по обеспечению безопасности пассажиров на водном транспорте. Общие правила безопасного поведения пассажиров на корабле. Рекомендации по обеспечению личной безопасности пассажира при кораблекрушении.

**Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.** Обеспечение безопасности пассажиров на воздушном транспорте. Правила поведения пассажира после посадки в самолет. Рекомендации по безопасному поведению пассажира при возникновении аварийной ситуации в полете.

#### **Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (4 ч)**

**Автономное существование человека в природе.** Понятие об автономном существовании человека в природной среде. Добровольное и вынужденное автономное существование человека в природной среде. Умения и качества человека, необходимые для успешного автономного существования в природе.

**Добровольная автономия человека в природной среде.** Содержание добровольной автономии человека (группы людей) в природной среде, основные цели добровольной автономии. Характерные примеры добровольного существования человека (группы людей) в природной среде. Предварительная всесторонняя подготовка к добровольной автономии, ее значение.

**Вынужденная автономия человека в природной среде.** Влияние вынужденной автономии на состояние человека. Задачи, которые приходится решать человеку в условиях вынужденной автономии. Правила безопасного поведения в условиях вынужденной автономии.

**Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.** Умения, которыми должен овладеть человек для безопасного

существования в природной среде: сооружение временного укрытия из подручных средств; способы добывания огня; способы обеспечения питьевой водой.

### **Опасные ситуации в природных условиях (4 ч)**

**Опасные погодные явления.** Влияние погодных условий на безопасное пребывание человека в природной среде. Характерные признаки ухудшения погоды. Безопасное поведение во время грозы. Безопасное поведение во время пурги.

**Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.** Опасности, возникающие при неожиданной встрече с дикими животными в природной среде. Рекомендации специалистов по безопасному поведению в природных условиях при встрече с дикими животными. Меры безопасности при встрече со змеей.

**Укусы насекомых и защита от них.** Кровососущие насекомые и средства защиты от них. Жалящие насекомые и защита от них. Лесные клещи, места их обитания, опасность их укуса.

**Клещевой энцефалит и его профилактика.** Опасность для здоровья человека в случае заражения клещевым энцефалитом. Пути заражения клещевым энцефалитом. Меры профилактики клещевого энцефалита.

## **Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)**

### **Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч)**

**Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.** Основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни. Умение оказать первую помощь (самопомощь и взаимопомощь) и обеспечить безопасность туриста. Индивидуальная аптечка, ее предназначение и содержание.

**Оказание первой помощи при травмах.** Оказание первой помощи при ссадинах и потертостях. Оказание первой помощи при ушибах и вывихах. Оказание первой помощи при растяжениях и разрывах связок.

**Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге.** Причины, способствующие возникновению в походных условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога. Внешние проявления и состояния человека при возникновении в условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге.

**Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.** Рекомендации по правилам оказания первой помощи при укусах змей и насекомых. Последовательность и правила оказания первой помощи при укусах змей и насекомых.

### **Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6 ч)**

**Здоровый образ жизни и профилактика утомления.** Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Утомление, его причины и возможные последствия. Профилактика утомления.

**Компьютер и его влияние на здоровье.** Роль компьютера в жизни современного человека. Влияние работы за компьютером на здоровье человека. Безопасный режим работы школьника за компьютером.

**Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.** Зависимость здоровья человека от состояния окружающей среды. Влияние

производственной деятельности человека на загрязнение окружающей природной среды. Пути повышения устойчивости организма человека к неблагоприятному воздействию на него внешней среды.

**Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.** Сущность и значение социального развития человека. Формирование социальной зрелости учащегося.

**Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.** Психоактивные вещества и наркотики. Наркомания и механизм формирования наркотической зависимости. Основные причины распространения наркомании.

**Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ.** Наркомания и ее распространение. Первая проба наркотиков – начало развития наркомании. Четыре правила «Нет наркотикам!»

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока, раздела	Кол-во часов	Характеристика деятельности ученика
	<b>Раздел I «Основы безопасности личности, общества и государства»</b>	<b>30</b>	
<b>1</b>	<b><i>Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях природного характера</i></b>	<b>1</b>	
1.1	Чрезвычайные ситуации природного характера	1	Характеризуют основные виды ЧС природного характера Начинают вести таблицу, в которой описывают различные ЧС.
<b>2</b>	<b><i>Землетрясения</i></b>	<b>4</b>	
2.1	Происхождение и классификация землетрясений	1	Характеризуют причины возникновения землетрясений, их поражающие факторы и воздействие на окружающую среду.
2.2	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь	1	Классифицируют землетрясения по происхождению, мощности и интенсивности.
2.3	Правила безопасного поведения при землетрясениях	1	Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при землетрясении.
2.4	Правила безопасного поведения при землетрясениях	1	Составляют план своих действий при возникновении землетрясения.
<b>3</b>	<b><i>Вулканы</i></b>	<b>2</b>	
3.1	Общее понятие о вулканах	1	Характеризуют причины возникновения извержения вулканов, их поражающие факторы и воздействие на окружающую среду.
3.2	Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов	1	Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при извержении вулканов. Составляют план своих действий при извержении вулканов.
<b>4</b>	<b><i>Оползни, сели, обвалы и снежные лавины</i></b>	<b>5</b>	
4.1	Оползни	1	Характеризуют причины возникновения

4.2	Сели (селевые потоки) Обвалы, Снежные лавины	1	оползней, обвалов, селей, снежных лавин, их поражающие факторы и воздействие на окружающую среду. Классифицируют сели по происхождению, мощности и интенсивности.
4.3	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин	1	Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при оползнях, обвалах, селях, снежных лавинах.
4.4	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин	1	Составляют план своих действий при оползнях, обвалах, селях, снежных лавинах.
	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин	1	
<b>5</b>	<b><i>Ураганы, бури, смерчи</i></b>	<b>5</b>	
5.1	Происхождение ураганов, бурь и смерчей	1	Характеризуют причины возникновения ураганов, бурь и смерчей, их поражающие факторы и воздействие на окружающую среду.
5.2	Классификация ураганов, бурь и смерчей	1	Классифицируют ветры по мощности и интенсивности.
5.3	Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	1	Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при ураганах, бурях и смерчах.
5.4	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	1	Составляют план своих действий при ураганах, бурях и смерчах.
	<b>Контрольная работа.</b> Ураганы, бури, смерчи	1	
<b>6</b>	<b><i>Наводнения</i></b>	<b>4</b>	
6.1	Виды наводнений	1	Характеризуют причины возникновения наводнений, их поражающие факторы и воздействие на окружающую среду.
6.2	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	1	Классифицируют наводнения по происхождению, мощности и интенсивности.
6.3	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений	1	Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при наводнениях.
	<b>Контр. Работа Наводнения</b>	1	Составляют план своих действий при наводнениях.
<b>7</b>	<b><i>Цунами</i></b>	<b>2</b>	
	Причины и классификация цунами Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них	1	Характеризуют причины возникновения цунами, их поражающие факторы и воздействие на окружающую среду.
	Правила безопасного поведения при цунами	1	Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при цунами. Составляют план своих действий при цунами.
<b>8</b>	<b><i>Лесные и торфяные пожары</i></b>	<b>4</b>	
	Причины природных пожаров и их классификация	1	Характеризуют причины возникновения природных пожаров, их поражающие факторы и воздействие на окружающую среду.
	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение	1	Классифицируют природные пожары по происхождению, мощности и интенсивности.
	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении	1	Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при пожарах.
	<b>Контр. Работа Лесные и торфяные пожары</b>	1	Составляют план своих действий при пожарах.
<b>9</b>	<b><i>Психологические основы</i></b>	<b>2</b>	

	<b>выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера</b>		
	Человек и стихия. Характер и темперамент	1	Анализируют влияние повышения психологической подготовленности человека на поведение в опасных и экстремальных ситуациях. Вырабатывают рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера
	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	1	
	<b>Раздел II Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>	<b>3</b>	
<b>10</b>	<b>Наложение повязок и помощь при переломах</b>	<b>3</b>	
	Правила наложения повязок	1	Характеризуют правила наложения повязок Вырабатывают навыки оказания первой помощи при переломах
	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	1	
	Практическая работа. Оказание первой помощи		
	<b>Раздел III «Основы здорового образа жизни»</b>	<b>2</b>	
<b>11</b>	<b>Физическая культура и закаливание</b>	<b>2</b>	
11.1	Режим — необходимое условие здорового образа жизни	1	Объясняют положение о том, что здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Характеризуют влияние физической культуры и закаливания на здоровье человека.
11.2	Профилактика переутомления и содержание режима дня	1	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>	

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

### Учебно-методическая литература

1. Комплексная программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-9 классов общеобразовательных учреждений А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. - М, «Просвещение» 2014г.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: бкл.: учеб.для учащихся общеобразовательных учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2015
3. Пожарная безопасность: конспекты занятий и классных часов в 5-11 классах (игры, тесты, практикумы, анализ ситуаций, «круглый стол») /авт.-сост. О.В.Павлова, Г.П.Попова. - Изд.2-е — Волгоград: Учитель, 2010
4. Правила дорожного движения Российской Федерации. – М.: ООО ИДТР, 2011
5. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 5-11 классы /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, В.А.Васнев, М.В.Маслов; под общей редакцией А.Т.Смирнова; Рос.акад.наук. -М.: Просвещение,2010

### Нормативная и правовая литература

- Уголовный кодекс Российской Федерации
- Федеральный закон «О гражданской обороне»
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»

**Материально-техническое обеспечение:**

1. Интерактивная доска
2. Персональный компьютер
3. Мультимедийный проектор
4. Видеофильмы
5. Аудиозаписи в соответствии с содержанием обучения
6. Презентации по темам раздела
7. Электронные тесты контроля знаний
8. Стенды и плакаты по темам курса