Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Петрозаводского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа № 43 с углубленным изучением отдельных предметов»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Средняя школа №43»
_____ А.А. Ханцевич
«31» августа 2020г.

Рабочая программа

учебного предмета

«Основы безопасности жизнедеятельности»

Срок реализации 3 года

7-9 класс

Разработчик программы:
Говенко Н.Н.

Рассмотрена на МО
учителей физической культуры и ОБЖ
протокол №1 от 29.08.2020г.

Принята на педсовете
протокол № 1 от 31.08.2020г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7-9 классов основной общеобразовательной школы разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный компонент государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденный МО РФ от 05.03.2004 № 1089;
2. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
3. Образовательная программа основного общего образования МОУ «Средняя школа № 43»;
4. Планируемые результаты освоения обучающимися общеобразовательной программы основного общего образования.

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

- безопасное поведение учащихся в ЧС 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, ценности семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

1. Формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в ЧС природного, техногенного и социального характера;
2. Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни.

I. Планируемые результаты изучения учебного предмета

Планируемые результаты освоения программы ОБЖ в 7 классе

Личностными результатами обучения ОБЖ в 7 классе являются:

— развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных и общественных интересов от внешних природных и социальных угроз;

— понимание важности сохранения своего здоровья и формирование потребности соблюдения норм здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности в конкретной ситуации;

— формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности;

— воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни; воспитание понимания необходимости обеспечения личной и общественной безопасности.

Метапредметными результатами обучения ОБЖ в 7 классе являются:

— овладение умениями формулировать понятия, что такое опасность и безопасность; понимать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; анализировать причины возникновения опасности: обобщать и сравнивать, видеть причины опасности и понимать их влияние на человека и окружающую среду;

— овладевать навыками безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; оценивать свои поступки; уметь находить пути решения поставленных задач;

— моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;

— приобретение личного опыта в поиске необходимой информации, умении анализировать ее и делать выводы;

— умение формулировать свои мысли, умение принимать точку зрения собеседника, понимать право существования иного мнения; умение работать в коллективе;

— освоение алгоритмов действия в опасной или чрезвычайной ситуации природного и социального характера.

Предметные результаты обучения.

Представлять: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; понимать необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека. Существующую систему защиты населения от наводнений, от опасных метеорологических явлений; систему защиты от землетрясений. Профилактические мероприятия по предупреждению обвалов, оползней, селей. Иметь представление о факторах, обеспечивающих сохранение личного здоровья.

Понимать: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека. Опасность и разрушительную деятельность наводнений; цунами; землетрясений, опасных метеорологических явлений. Опасность и разрушительную деятельность природных пожаров. Опасность любого вида раны, перелома кости. Роль факторов, обеспечивающих сохранение личного здоровья.

Знать: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; потенциально опасные природные явления, приводящие к ЧС, и их классификацию. Причины возникновения наводнений, цунами, опасных метеорологических явлений; возникновения землетрясений. Причины возникновения лесных и торфяных пожаров. Профилактические мероприятия по предупреждению пожаров. Правила поведения при проявлении опасных природных явлений: снежная буря, гроза, гололед и гололедица и т.д. Существующую закономерность проявления наводнений, опасных метеорологических явлений, землетрясений и опасных геологических явлений в разных природных зонах России. Правила дорожного движения. Права и обязанности пешехода, пассажира. Знать, что такое рана, перелом кости. Знать элементарные гигиенические правила; правила поведения, позволяющие избежать перегрева и обморожения организма. Знать факторы, разрушающие здоровье.

Уметь: анализировать и сопоставлять, делать вы- воды; выявлять причинно-следственные связи; принимать решения; применять знания, полученные на уроках географии. Уметь объяснять свои действия.

Уметь накладывать элементарные бинтовые повязки, шину.

Планируемые результаты освоения программы ОБЖ в 8 классе

Личностными результатами обучения ОБЖ в 8 классе являются:

— развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных и общественных интересов от внешних природных, техногенных и социальных угроз;

— понимание важности сохранения своего здоровья и формирование потребности соблюдения норм здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности в конкретной ситуации;

— формирование культуры безопасности жизнедеятельности;

— воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни; воспитание понимания необходимости обеспечения личной и общественной безопасности.

Метапредметными результатами обучения ОБЖ в 8 классе являются:

— овладение умениями формулировать понятия, что такое опасность и безопасность; понимать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; анализировать причины возникновения опасности: обобщать и сравнивать, видеть причины опасности и понимать их влияние на человека и окружающую среду;

— овладевать навыками безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; оценивать свои поступки; уметь находить пути решения поставленных задач;

— моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;

— приобретение личного опыта в поиске необходимой информации, умении анализировать ее и делать выводы;

— умение формулировать свои мысли, умение принимать точку зрения собеседника, понимать право существования иного мнения; умение работать в коллективе;

— освоение алгоритмов действия в опасной или чрезвычайной ситуации техногенного и социального характера.

Предметные результаты обучения.

Представлять: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации. Основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера. Существующую систему защиты населения от пожаров. Иметь представление о причинах возникновения аварий на химически опасных объектах, представлять их разрушительную силу. Порядок действий при организации первой помощи при отравлении химическими веществами и химическими ожогами. Иметь представление о потенциальной опасности искусственных и естественных гидросооружений. Возможные экстремальные ситуации аварийного характера в повседневной жизни.

Понимать: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации. Необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека. Понимать важность основ экологической культуры. Роль человеческого фактора в возникновении техногенных аварий. Биологическое действие радиации. Главные проблемы ядерной энергетики. Понимать роль человеческого фактора при авариях на гидросооружениях.

Знать: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации. Потенциально опасные техногенные ситуации, приводящие к ЧС, и их классификацию. Знать роль гражданской обороны в случае ЧС. Причины возникновения техногенных аварий. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета. Причины возникновения пожаров, представлять их разрушительную силу; роль человеческого фактора в возникновении пожаров, элементарные правила техники безопасности и меры по предупреждению пожара. Знать группу химически опасных веществ и их характеристику; их поражающие факторы; характер воздействия химически опасных веществ на человека и окружающую среду. Элементарные правила пользования химическими веществами в повседневной жизни. Элементарную технику безопасности при обращении с химически опасными веществами. Главные проблемы ядерной энергетики.

Знать экологические аспекты вопросов захоронения ядерных отходов. Правила поведения и действия населения при радиационных авариях и радиоактивном загрязнении местности; меры защиты при радиационной аварии. Первичные и вторичные поражающие факторы техногенных аварий. Знать прикладную роль экологии; современные проблемы экологической безопасности. Источники загрязнения атмосферы, пресных вод, почвы. Методы борьбы с загрязнением окружающей среды. Правила дорожного движения; правила поведения на транспорте. Возможные экстремальные ситуации аварийного характера в повседневной жизни.

Уметь: выявлять причинно-следственные связи; решать поставленные задачи, работать с различными источниками информации, анализировать и сопоставлять, делать выводы. Объяснять свои поступки и действия. Использовать полученные знания в повседневной жизни. Оказывать первую помощь при ожогах кислотой и щёлочью.

Планируемые результаты освоения программы ОБЖ в 9 классе

Личностными результатами обучения ОБЖ в 9 классе являются:

— развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных и общественных интересов от внешних и внутренних угроз;

— понимание важности сохранения своего здоровья и формирование потребности соблюдения норм здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности в конкретной ситуации;

— формирование культуры безопасности жизнедеятельности;

— воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни; воспитание понимания необходимости обеспечения личной и общественной безопасности.

Метапредметными результатами обучения ОБЖ в 9 классе являются:

— овладение умениями понимать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; анализировать причины возникновения опасности: обобщать и сравнивать, видеть причины опасности и понимать их влияние на человека и окружающую среду;

— овладевать навыками безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; оценивать свои поступки; уметь находить пути решения поставленных задач;

— моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;

— приобретение личного опыта в поиске необходимой информации, умении анализировать ее и делать выводы;

— умение формулировать свои мысли, умение принимать точку зрения собеседника, понимать право существования иного мнения; умение работать в коллективе;

— освоение алгоритмов действия в опасной или чрезвычайной ситуации любого характера и формирование умений выполнять необходимые социальные посильные роли в предупреждении, во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций различного происхождения.

Предметные результаты обучения.

Представлять: сущность организационной работы МЧС. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Типы и принцип устройства защитных сооружений. Принцип организации и средства мониторинга. Сущность терроризма и его опасность. Существующие направления терроризма и экстремизма. Критерии оценки состояния здоровья. Пути формирования здорового образа жизни. Иметь представление о технике искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Понимать: влияние общей культуры на формирование человека как личности. Важность формирования культуры безопасности жизнедеятельности. Ценность жизни человека. Необходимость обеспечения личной и общественной безопасности. Задачи национальной обороны, государственной и общественной безопасности. Почему вопросы безопасности жизнедеятельности закреплены законодательно. Сущность терроризма и понимать его опасность. Опасность международного терроризма для национальной безопасности России. Понимать сущность определения понятия «здоровье». Необходимость сохранения здоровья. Зависимость физической культуры и состояния здоровья человека.

Знать: главные положения национальной безопасности РФ. Понятие «национальные интересы». Стратегические цели обеспечении национальной безопасности государства. Принципы организации обороны РФ; порядок призыва на военную службу; главные положения ФЗ РФ «Об обороне»; порядок обязательной подготовки граждан к военной службе. Основные направления государственной политики в области ГО и защиты населения и территории от ЧС. ФЗ РФ, направленные на защиту населения и территорий от ЧС. Структуру и задачи РСЧС. Задачи ГО в мирное и военное время. Средства оповещения.

ЧС природного и техногенного характера, их причины возникновения и последствия. Что такое мониторинг и мониторинг ЧС техногенного и природного характера. Как защитить себя при угрозе теракта. О вреде и последствиях курения, алкоголизма и наркомании. Правила поведения при угрозе и проявлении опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Правила оказания первой помощи при ранах, кровотечении, переломах, ожогах.

Уметь: работать с различными источниками информации. Анализировать и сопоставлять, делать выводы; принимать решения. Уметь моделировать процессы. Применять полученные знания и навыки на практике. Использовать знания, полученные на уроках биологии, географии, химии, физики. Иметь элементарные навыки в составлении и соблюдении оптимального рациона питания с учетом нагрузок и климатических условий. Составлять индивидуальную программу оздоровления. Оказывать первую помощь при ранах, кровотечении, переломах, ожогах.

II. Содержание учебного предмета

7 класс
(34 ч., 1 ч. в неделю)

Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека.

Введение. Опасные и чрезвычайные ситуации при-родного характера и защита населения от их последствий.
Введение. Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Закон Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
— Чрезвычайная ситуация. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Задачи РСЧС. Система мер защиты населения от различных чрезвычайных ситуаций (ЧС).
— Чрезвычайная ситуация природного характера. Классификация опасных природных явлений: геофизические (землетрясения, извержения вулканов, магнитные бури), геологические (обвалы, оползни, сели, карстовые провалы и т.д.), метеорологические (бури, ураганы, смерчи, шквалы, крупный град, засухи, метели, пыльные бури и т.д.), морские гидрологические явления (цунами, обледенение судов, интенсивный дрейф льдов и т.д.) и гидрологические явления (наводнения, паводки и т.д.), природные пожары (лесные, торфяные и др.).
— Наводнения и причины их возникновения. Историческая справка о наводнениях различного масштаба на территории России. Анализ территорий и площадей, оказывающихся в зоне затопления или подтопления. Понятия «наводнение», «половодье», «паводок», «затор», «зажор», «ветровой нагон». Наводнения при прорывах плотин. Классификация наводнений: по повторяемости, по размерам и по наносимому ущербу, а также по площади затопления, продолжительности затопления, скорости подъема уровня воды. Оценка наводнений по максимальному уровню подъёма воды. Анализ характера наводнений в конкретном районе нашей страны (место проживания учащихся).
— Поражающие факторы наводнений и их последствия. Понятия «затопление», «подтопление», «первичные поражающие факторы», «вторичные поражающие факторы». Размеры последствий наводнений.
— Мероприятия по защите от наводнений. Действия населения при угрозе и во время наводнений. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы наводнений (краткосрочные и долгосрочные, локальные и территориальные). Правила поведения при поступлении сообщения о наводнении и начале эвакуации. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при наводнении, первая необходимая помощь.

Практическая работа.
1. Анализ характера наводнений в конкретном районе нашей страны (место проживания учащихся) за последние 10 (20) лет.
2. Выработать алгоритм последовательности действий при поступлении сообщения о наводнении и начале эвакуации.
3. Используя дополнительную литературу, найти правила оказания первой помощи при утоплении. Письменно составить порядок действий при оказании помощи пострадавшему. Обсудить на занятиях с учителем и одноклассниками.

— Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения. Основные понятия и классификация этих метеорологических явлений. Понятия «ветер», «направление ветра», «скорость ветра», «сила ветра», «шкала Бофорта», «ураган», «смерч», «торнадо», «буря». Причины возникновения ураганов, бурь, смерчей. Погода и климат. Циклон и антициклон. Районы России и мира, где наиболее часты опасные метеорологические явления. Названия ураганов.
— Поражающие факторы опасных метеорологических явлений и их последствия. Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при ураганах, смерчах и бурях, первая необходимая помощь.

— Мероприятия по защите от опасных метеорологических явлений. Действия населения при угрозе и во время урагана, бури, смерча, пыльной бури, метели. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы опасных метеорологических явлений. Правила поведения при поступлении сообщения о приближении опасного метеорологического явления.

Практическая работа.
1. Пользуясь шкалой Бофорта, определить скорость и силу ветра в баллах в течение недели и ежедневно (утром и вечером) в районе вашего проживания. Объяснить причины изменения (или отсутствие изменений) направления и силы ветра в течение дня и недели в вашем населенном пункте.
2. Найдите в художественной литературе пример опасного метеорологического явления. Дайте ему характеристику.

— Землетрясения и причины их возникновения.
Понятия «землетрясение», «очаг землетрясения», «гипоцентр», «эпицентр». Типы землетрясений (тектонические, внутриплитовые, вулканические). Сейсмограф. Основные характеристики землетрясений. Магнитуда. Шкала землетрясений (Рихтера, Меркалли). Характеристика проявлений землетрясения. Сейсмические области мира и территории Российской Федерации.
— Поражающие факторы землетрясений и их последствия. Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при землетрясениях, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству.
— Мероприятия по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы землетрясений. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном землетрясении.

Практическая работа.
1. Оказание первой помощи пострадавшим при землетрясении. Вместе с учителем отработать действия при оказании первой помощи.
— Правила наложения шины на голеностопный сустав; наложение фиксирующей повязки в случае перелома плечевой кости и костей предплечья.
— Правила наложения кровоостанавливающего жгута.
2. Правила оказания первой помощи при сдавливании. Теоретическое задание.

— Цунами и причины их возникновения. Понятия «цунами», «подводные землетрясения», «вулканические извержения». Оценка силы цунами. Наиболее крупные цунами в XX—XXI вв.
— Поражающие факторы цунами и их последствия. Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при цунами, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.
— Мероприятия по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время цунами. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы цунами. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном цунами.

Практическая работа.
На контурной карте мира выделите: 1) районы, где возможны цунами, в том числе и для территории России, 2) страны, находящиеся в потенциально опасной зоне, указав среднюю численность населения этих стран. Оцените возможный ущерб при максимально сильном цунами.

— Обвалы, оползни и сели и причины их возникновения. Понятия «обвал», «оползень», «сель», «грязевой сель», «водокаменный сель», «грязекаменный сель», «сейсмосели», «лахары», «селевой бассейн». Характеристики обвалов по мощности, по масштабу. Условия возникновения опасных геологических явлений.
— Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия. Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей

при проявлении опасных геологических явлений, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.
— Мероприятия по защите от опасных геологических явлений. Действия населения при угрозе и во время оползней, обвалов и селей. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы оползней, обвалов и селей. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном проявлении геологических явлений.

Практическая работа.
1. На контурной карте России выделить: 1) районы, где возможны сели, оползни и обвалы, 2) оцените степень опасности для населенных пунктов и хозяйства человека.
2. Составить правила поведения туриста в горных районах, где возможны оползни, обвалы и сели. Дать рекомендации для туристов о наиболее безопасном времени года.

— Лесные и торфяные пожары и причины их возникновения. Понятия «природный пожар», «лесной пожар», «низовой пожар», «верховой пожар», «торфяной подземный пожар», «огненный шторм». Характеристики пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров. Причины возникновения лесных и торфяных пожаров. Пожароопасный сезон.
— Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров и их последствия. Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при лесных и торфяных пожарах, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.
— Мероприятия по защите от лесных и торфяных пожаров. Действия населения при угрозе и во время пожаров. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Правила поведения при обнаружении очагов возгорания в лесу и на территории распространения торфяников. Правила поведения при лесном и торфяном пожарах. Методы борьбы с пожарами. Косвенные методы тушения пожара. Противопожарная профилактика.

Практическая работа.
1. Используя дополнительные источники информации, данные статистики, дать оценку причин и распространения лесных и торфяных пожаров на территории России за последние 5 (10) лет.
Общие рекомендации по поведению при опасных явлениях природы.
Подведение итогов. Систематизация и анализ полученных знаний и навыков по разделу курса «Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и за- щита населения от их последствий».

— Сигналы оповещения и порядок действий.
— Номера телефонов вызова дежурных служб по- мощи, единый номер вызова экстренных оперативных служб «112».
— Правила поведения при эвакуации.

Правила поведения при наиболее распространенных опасных природных явлений. Снежная буря, метель. Лед на водоемах. Оказание помощи оказавшемуся в полынье. Гололедица. Гроза.

Практическая работа.
1. Разработать общие правила поведения при угрозе опасного природного явления. Рассмотреть случаи: человек находится дома, на природе, в школе (на работе).
2. Составить памятку жителям вашей местности на случай возникновения наиболее характерных опасных природных явлений.

Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека.

Терроризм и безопасность человека. Обнаружение подозрительного предмета. Диверсия. Похищение. Захват транспортных средств. Уголовные преступления. Паника. Паника в толпе. Психология толпы. Правила поведения в криминогенных ситуациях.
Дорожное движение и безопасность человека.
Дорога и ее элементы. Дорога. Проезжая часть. Обочина. Разделительная полоса. Одностороннее и двустороннее движение. Перекресток. Тротуар. Пешеходный переход. Регулировщик. Участники

дорожного движения. Дорожно-транспортное происшествие. Транспорт (транспортные средства). Знаки дорожного движения. Предупреждающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Знаки особых предписаний. Информационные знаки. Рекомендации поведения пешехода на дороге зимой и в темное время суток. Пассажир. Движение во дворах и жилых зонах.

Оказание первой помощи.

Понятие «рана». Типы ран. Причины, вызывающие появление раны. Первоначальная обработка раны. Правила наложения бинтовых повязок. Первая помощь при переломах конечностей. Шина. Правила наложения шины. Тепловые и солнечные удары. Первая помощь. Правила поведения, позволяющие избежать теплового и солнечного удара. Обморожение. Правила поведения, позволяющие избежать обморожения.

Практическая работа.

1. Отработать навыки наложения бинтовых повязок: на условно раненный палец, плечо, голень. Наложение косыночной повязки.
2. Отработать навыки наложения шины на конечность.

Основы здорового образа жизни.

Человек и его здоровье. Понятие «здоровье». Здоровый образ жизни. Рациональное и нерациональное питание. Витамины и их роль в организме человека. Режим дня. Физическая нагрузка. Понятие «усталость». Факторы, разрушающие здоровье. Понятие «привычка». Вредные привычки.

Практическая работа.

Используя значения энергетической и пищевой ценности продуктов кафе быстрого питания, составьте оптимальное по калорийности и соотношению углеводов меню для подростка, занимающегося каким-либо видом спорта, и подростка, ведущего малоактивный образ жизни.

Проектная деятельность. Проектные задания.

1. Исследуйте опасные природные явления, имеющие место в вашем родном крае.
2. Разработайте модель организации защиты населения от чрезвычайных природных ситуаций в вашем районе.
3. Разработайте ваш план поведения в чрезвычайной ситуации природного характера.
4. Подготовьте текст оповещения населения о чрезвычайной ситуации от имени штаба ГО.
5. Разработайте методику оценки возможного ущерба на примере одного жизненно важного объекта (возможно, вашего жилища).
6. Разработайте комплекс мер по восстановлению экосистемы после ЧС природного характера.
7. Подготовьте проект статьи о последствиях ЧС в вашем районе для размещения в средствах массовой информации.
8. Рассмотрите возможность организации в школе общественного движения «Юный спасатель».

8 класс

(34 ч., 1 ч. в неделю)

Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера. Безопасность и защита человека

Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий.

Введение. Техносфера. Противоречия между человеком и природой. Проблема увеличения техногенных аварий и катастроф. Факторы, увеличивающие вероятность возникновения техногенных аварий и катастроф. Законы Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об охране окружающей среды», «О радиационной безопасности» и др.
— Основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера. Понятия «производственная авария», «происшествие», «крупная авария», «чрезвычайная ситуация техногенного характера». Виды аварий и катастроф, могущих повлечь возникновение чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Местные, территориальные, региональные и федеральные чрезвычайные ситуации. Глобальная, или трансграничная чрезвычайная ситуация.
— Источники чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их последствия. Общие представления о причинах, приводящих к чрезвычайным ситуациям техногенного характера.

Виды аварий и катастроф, могущих повлечь возникновение чрезвычайных ситуаций техногенного характера: транспортная авария, пожары и взрывы, аварии с выбросом опасных химических веществ, радиоактивных веществ, биологически опасных веществ. Обрушение зданий и сооружений, аварии на электроэнергетических системах, на коммунальных системах жизнеобеспечения, на очистных сооружениях, гидродинамические аварии.
— Основные причины и стадии развития техногенных происшествий. Роль человека в формировании опасной техногенной ситуации.

Пожары и взрывы. Понятия «возгорание», «горение», «окислитель», «горючее вещество», «источник воспламенения», «пожар», «огненный шторм». Отдельные пожары. Массовые пожары. Средства оповещения о возгорании. Понятие «взрыв», «взрывоопасный объект». Признаки наличия взрывных устройств.
Условия и причины возникновения пожаров и взрывов. Последствия пожаров и взрывов. Поражающие факторы пожара и взрыва. Вторичные последствия пожара и взрыва. Разбор и анализ реальных событий.
Правила безопасного поведения при пожаре и угрозе взрыва. Противопожарная безопасность.

Аварии с выбросом опасных химических веществ.
Химически опасный объект (ХОО). Аварийно-химически опасные вещества. (АХОВ). Потенциально опасные химические объекты. Потребители аварийно-химически опасных веществ. Характеристика АХОВ и их поражающих факторов. АХОВ: стойкость, плотность, скорость токсического действия. Химические вещества, используемые в повседневной жизни.
Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Зона химического заражения: форма, размеры, очаг. Динамические процессы в зоне химического заражения. Классификация последствий аварии на ХОО. Разбор и анализ реальных событий.
Правила поведения и защитные меры при авариях на ХОО. Средства индивидуальной защиты. Средства коллективной защиты. История создания противогаза. Противогаз гражданский фильтрующий ГП—7.
Первая помощь пострадавшим от АХОВ. Ожоги кислотой и щелочью.

Практическая работа.
1. Составить личный план действий: а) при угрозе аварии на химически опасном объекте в районе вашего проживания, б) при аварии на химически опасном объекте в районе вашего проживания.

2. Отработать правила использования противогаза.

Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Понятия «радиоактивность», «естественная радиоактивность», «ионизирующее излучение», «радиоактивные изотопы», «период полураспада». История открытия явления радиоактивности Пьером и Марией Кюри. Ядерное оружие. История создания и использования. Ядерная энергетика. Атомные электростанции в России и мире. Системы переработки ядерного сырья и отходов. Будущее атомной энергетики. Радиационно опасный объект. Радиационные аварии и их классификация. Последствия облучения человека и других живых организмов. Характеристика очагов поражения. Разбор и анализ реальных событий. Аварии на Чернобыльской АЭС и на АЭС «Фукусима—1». Средства индивидуальной защиты. Первая помощь пострадавшим от радиоактивного излучения.

Практическая работа.
1. Составить личный план действий: при получении информации о радиационной аварии в районе вашего проживания.

Гидродинамические аварии.
Гидродинамические аварии и гидротехнические сооружения. Искусственные и естественные плотины. Водохранилища. Причины и виды гидродинамических аварий. Разбор и анализ реальных событий. Саяно-Шушенская ГЭС. Первичные и вторичные поражающие факторы.
Меры по защите населения от последствий гидродинамических аварий. Правила поведения при угрозе и во время проявления аварии.

Практическая работа.
Подготовить рекомендации по мерам безопасности для жителей вашего района (поселка, области и т.д.) на случай возможного затопления.

Нарушение экологического равновесия. Экология.
Экологическая обстановка. Благоприятные и неблагоприятные экологические условия. История взаимодействия человека с окружающей средой. Факторы, влияющие на экологическое состояние окружающей среды человека. Экологическая безопасность. Экологическая система.
Экологический кризис. Экологическая катастрофа. Хронология экологических катастроф в XIX—XX вв. Разбор и анализ реальных событий.
Биосфера и человек. Человек — основная геологообразующая сила планеты. В.И. Вернадский и его учение о ноосфере. Загрязнение атмосферы. Атмосфера и озоновый слой. Источники загрязнения: естественные и антропогенные. Загрязнение почв. Почва уникальное биокосное образование. Почвенные ресурсы. Загрязнение природных вод. Запасы пресной воды. Характеристика экологической обстановки в России. Предельно допустимые концентрации загрязняющих веществ (ПДК). Возобновимые и невозобновимые природные ресурсы.

Практическая работа.
Подсчитать количество воды, потребляемое вами в течение суток, учитывая воду, идущую на питье, приготовление пищи, личную гигиену и другие хозяйственные нужды. Подсчитать, сколько воды тратит ваш населенный пункт за сутки, месяц и год.

Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила безопасного поведения.

Безопасное поведение на улицах и дорогах. Правила для велосипедистов. Уход за велосипедом. Правила дорожного движения для велосипедистов. Мотовелосипед и мопед (скутер). Мотоцикл. Правила пользования и движения.
Водитель — главный участник движения. «Правила дорожного движения Российской Федерации». Правила проезда регулируемых и нерегулируемых перекрестков.
Дорожно-транспортные происшествия. Безопасность на транспорте.

Проектная деятельность.

Проектные задания.

1. Изучите вопрос о вероятности возникновения техногенной аварии в вашем административном районе (город, район, область, республика).
2. Разработайте модель организации защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера в вашем районе.
3. Разработайте собственный план поведения в чрезвычайной ситуации техногенного характера.
4. Подготовьте текст оповещения населения о чрезвычайной ситуации от имени штаба ГО.
5. Разработайте методику оценки возможного ущерба на примере одного жизненно важного объекта (возможно вашего жилища).
6. Разработайте комплекс мер по восстановлению экосистемы после ЧС техногенного характера.
7. Подготовьте проект статьи о последствиях ЧС в вашем районе для размещения в средствах массовой информации.

9 класс

(34 ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и государства

Введение. Культура безопасности жизнедеятельности. Наиболее часто встречающиеся угрозы и опасности для жизни человека и окружающей среды. Влияние человека на окружающую природную среду. Влияние человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности населения. Культура безопасности жизнедеятельности. Законы Российской Федерации и повышение культуры безопасности жизнедеятельности в нашем обществе. Законы Российской Федерации: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об охране окружающей среды», «О радиационной безопасности», «О гражданской обороне», «О пожарной безопасности» и др.

Национальная безопасность России в современном мире.

Геополитическое положение Российской Федерации. Экономика России — часть мировой экономики. Глобализация экономики, культуры. Результаты глобализации.
Национальная безопасность, ее составные части. Анализ политической и экономической ситуации в мире. Финансово-экономические кризисы на современном этапе. Национальные интересы России на современном этапе и долгосрочные.
Обеспечение национальной безопасности. Уровень жизни российских граждан. Здоровье граждан и здравоохранение. Рациональное природопользование. Экологическая безопасность. Культура.
Основные угрозы национальным интересам России и пути обеспечения безопасности.
Национальная оборона. Государственная и общественная безопасность.
Организация обороны Российской Федерации. Право- вые основы обороны государства. Воинская обязанность. Защита Отечества. Призыв на военную службу. Альтернативная гражданская служба. Военное положение. Военное время. Мобилизация. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Закон РФ «О воинской обязанности».
Организация защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
МЧС России — федеральный уполномоченный орган в сфере гражданской обороны (ГО) и чрезвычайных ситуаций. История МЧС. Основные функции МЧС. Обзор спасательных операций МЧС.
Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. Уровни РСЧС: федеральный, региональный, территориальный, местный, объектовый. Координирующие органы РСЧС. Режимы функционирования РСЧС.
Законодательные, нормативные и правовые основы обеспечения безопасности. Закон Российской Федерации «О безопасности». Профилактика возникновения ЧС техногенного характера. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.
Гражданская оборона — составная часть обороноспособности России. Задачи гражданской обороны. Современные средства поражения. Мероприятия по защите населения.

— Ядерное оружие и его виды. История ядерного оружия. Понятия «эпицентр ядерного взрыва», «ударная волна», «световое излучение», «радиоактивное заражение», «электромагнитный импульс». Защита от ядерного оружия. Ядерное сдерживание.
— Химическое оружие. История химического оружия. Отравляющие вещества и их виды. Понятия «очаг химического поражения», «зона химического поражения». Запрещение химического оружия.
— Биологическое (бактериологическое) оружие. Вопросы применения бактериологического оружия. Понятия «эпидемия», «очаг биологического поражения», «обсервация», «карантин». Поражающие средства: вирусы, грибки, токсины.
Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
— Организация гражданской обороны на объекте экономики.
— Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время. Роль оповещения в обеспечении безопасности населения. Порядок оповещения. Значение речевой информации. Автоматизированная информационно-управляющая система (АИУС РСЧС).

— Защитные сооружения гражданской обороны. Инженерно-технические мероприятия гражданской обороны и предупреждения чрезвычайных ситуаций. Средства защиты: защитные сооружения, рассредоточение и эвакуация, средства индивидуальной защиты. Понятия «защитное сооружение», «убежище», «противорадиационные укрытия», «щели». Принцип устройства защитных сооружений.
Чрезвычайные ситуации мирного времени. Чрезвычайные ситуации природного характера, их причины и последствия. Стихийные бедствия и опасные природные явления, представляющие потенциальный источник угроз человеку и хозяйству: геологические, геокриологические, гидрометеорологические, процессы биогенного характера.
Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и последствия. Основные причины техногенных аварий и катастроф в Российской Федерации.
Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Система мониторинга. Мониторинг: глобальный, региональный и локальный. Сейсмические наблюдения и прогноз землетрясений. Сейсмоопасные районы России. Мониторинг геологических процессов (экзогенных и эндогенных) и подземных вод. Мониторинг антропогенного воздействия на природную среду, водной среды водохозяйственных систем в местах водозабора и сброса сточных вод.
Терроризм как угроза национальной безопасности Российской Федерации.
Терроризм и безопасность человека. Причины возникновения терроризма. Экстремизм. Национализм. Основные правила поведения человека, ставшего заложником.
Международный терроризм и безопасность России. Субъект терроризма. Статистика международного терроризма. Опасность международного терроризма и его особенности. Противодействие терроризму.

Основы формирования здорового образа жизни.

Понятие о здоровье. Физическое здоровье человека.
Факторы, разрушающие здоровье человека. Табакокурение и его вред. Заболевания, связанные с табакокурением. Вред от пассивного курения. Закон Российской Федерации «Об ограничении курения табака». Первая помощь при отравлении табаком.
Алкоголь и его вред. Заболевания, связанные с алкоголем. Алкоголь не помощник в решении проблем. Деградация человека. Алкоголизм. Социальные проблемы, вызванные алкоголизмом. Первая помощь при отравлении алкоголем.
Наркотики и их вред. Заболевания, связанные с наркотиками. Деградация человека. Социальные проблемы, вызванные наркоманией.
Факторы, формирующие здоровье человека. Рациональное питание.
Сбалансированное и полноценное питание. Основы подбора продуктов питания (белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные вещества). Безопасные продукты. Маркировка продуктов. Спреды. Консерванты. Эмульгаторы. Нитраты.
Гигиена одежды. Гигиенические свойства одежды (гигроскопичность, водопроницаемость). Искусственные и синтетические ткани.

Занятия физической культурой. Физические упражнения и комфортное состояние здоровья. Аэробные и анаэробные упражнения. Физические упражнения умеренные, продолжительные и регулярные. Правильность выполнения физических упражнений. Контроль дыхания и частоты сокращения сердечной мышцы. Правила безопасного выполнения физических упражнений. Туризм — вид активного отдыха. Адаптация к физическим нагрузкам. Акклиматизация и реакклиматизация. Акклиматизация в горной местности и в условиях жаркого или холодного климата (Севера). Туристское снаряжение: рюкзак, палатка, спальный мешок, коврик, важные мелочи, НАЗ, обувь, одежда. Правила разведения костра. Временные укрытия.

Подведение итогов за курс ОБЖ основной школы.

Рекомендации специалистов МЧС по действиям в чрезвычайных ситуациях. Правила поведения при химической аварии. Правила поведения при радиационной аварии. Правила поведения при гидродинамической аварии. Правила поведения при аварии на транспорте. Правила поведения при внезапном обрушении здания. Правила поведения при пожаре и угрозе взрыва. Правила поведения во время землетрясения. Правила поведения при извержении вулкана. Правила поведения во время гололеда и гололедицы. Правила поведения при угрозе сильной метели и снежном заносе. Правила поведения во время жары. Как вести себя во время схода снежной лавины. Правила поведения во время грозы. Правила поведения во время наводнения. Как действовать при оползне. Как действовать, если вы оказались рядом с очагом пожара в лесу, на торфянике. Как действовать при угрозе селевого потока. Правила поведения во время урагана, бури, смерча. Правила поведения при возгорании и пожарах в быту. Как действовать при утечке магистрального газа. Правила оказания первой помощи при разных видах травм. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Виды кровотечений и возможная первая помощь.

Проектная деятельность.

Проектные задания.

1. Как проявляются глобальные проблемы человечества в вашем регионе (городе). Например, характеристика экологической обстановки вашего района, населенного пункта.
2. История создания, содержание и направленность, а также эффективность природозащитных нормативно-правовых актов вашего административного центра.
3. Составьте месячный оптимальный рацион питания школьника на основе традиционной местной кухни и норм здорового питания.
4. Предложите систему снижения утомляемости учащегося, а также распорядок жизни школьника на месяц с учетом его индивидуальных физических и психологических особенностей.
5. Проведите расчет недельных физических нагрузок учащегося с учетом его индивидуальных физических и психологических особенностей.
6. Разработайте систему оптимального использования учебной информации в процессе обучения.
7. Проведите мониторинг изменений климата вашего района (региона) с последующим прогнозированием и аналитической справкой.
8. Сделайте обзор съедобных, лекарственных и ядовитых растений и грибов вашего района.
9. Разработайте алгоритм безопасного поведения подростка в условиях повседневной жизни в вашей местности.

III. Тематическое планирование с указанием количества часов на каждую тему

№ п/п	Тема урока. §, номера страниц (кол-во часов)
7 класс (1 ч в неделю, всего 34 часа)	
Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека	
Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий (20 часов)	
1	Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. § 1, 8—13 (1 час)
2	Наводнения и причины их возникновения. § 2 , 13—21 (1 час)
3	Поражающие факторы наводнений и их последствия. § 3, 2 1—27 (1 час)
4	Мероприятия по защите от наводнений. Действия населения при угрозе и во время наводнений. § 4, 2 5—30 (1 час)
5	Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения. § 5, 30—38 (1 час)
6	Поражающие факторы опасных метеорологических явлений и их последствия. § 6, 38—42 (1 час)
7	Мероприятия по защите от опасных метеорологических явлений. Действия населения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. § 7, 42—49 (1 час)
8	Землетрясения и причины их возникновения. § 8, 50—56 (1 час)
9	Поражающие факторы землетрясений и их последствия. § 9, 56—59 (1 час)
10	Мероприятия по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения. § 10, 59—64 (1 час)
11	Цунами и причины их возникновения. § 11, 65—69 (1 час)
12	Поражающие факторы цунами и их последствия. § 12, 70—71 (1 час)
13	Мероприятия по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время цунами. § 13, 71—74 (1 час)
14	Обвалы, оползни, сели и причины их возникновения. § 14, 74—84 (1 час)
15	Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия. § 15, 84—85 (1 час)
16	Мероприятия по защите от опасных геологических явлений. Действия населения при угрозе и во время возникновения обвалов, оползней и селей и во время их проявления. § 16, 85—90 (1 час)
17	Лесные и торфяные пожары и причины их возникновения. § 17, 90—94 (1 час)
18	Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров; их последствия. § 18, 95—96 (1 час)
19	Мероприятия по защите от природных пожаров. Действия населения при угрозе и во время возникновения пожаров. § 19, 96—105 (1 час)
20	Общие рекомендации учащимся по поведению при опасных явлениях природы. § 2 0, 105—113 (1 час)
Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека (2 часа)	

21	Основы безопасного поведения в толпе. Паника. § 2 1, 114—115 (1 час)
22	Терроризм и безопасность человека. § 22 115—119 (1 час)
Дорожное движение и безопасность человека **(3 часа)**	
23	Дорога и ее элементы. § 2 3, 120—121 (1 час)
24	Участники дорожного движения. Дорожно-транспортное происшествие. § 2 4, 121—126 (1 час)
25	Движение во дворах и жилых зонах. § 2 5, 126—128 (1 час)
Автономное существование в природных условиях и безопасность человека **(3 часа)**	
26	Правила безопасного поведения в лесу. (1 час)
27-28	Правила безопасного поведения на водоёмах. (2 часа)
Основы здорового образа жизни. Оказание первой помощи	
Оказание первой помощи **(3 часа)**	
29	Первоначальная обработка раны. Правила наложения повязок. § 2 6, 129—131 (1 час)
30	Первая помощь при переломах. § 2 7, 132—133 (1 час)
31	Тепловые и солнечные удары. Обморожение. § 2 8, 133—136 (1 час)
Основы здорового образа жизни **(2 часа)**	
32	Человек и его здоровье. § 2 9, 137—140 (1 час)
33	Факторы, разрушающие здоровье. § 30, 140—142 (1 час)
34	Защита проектов. Подведение итогов. (1 час)
8 класс (1 ч в неделю, всего 34 часа)	
Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера. Безопасность и защита человека. **(27 часов)** **Основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера. (3 часа)**	
1	Аварии, катастрофы, чрезвычайные ситуации техногенного характера. Введение, § 1, 11—18 (1 час)
2	Источники чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их последствия. § 2 , 18—21 (1 час)
3	Основные причины и стадии развития техногенных происшествий. § 3, 2 1—23 (1 час)
Пожары и взрывы (5 часов)	
4	Пожары. § 4, 2 4—39 (1 час)
5	Взрывы. § 5, 39—43(1 час)
6	Условия и причины возникновения пожаров и взрывов. § 6, 43—47 (1 час)
7	Последствия пожаров и взрывов. § 7, 47—49 (1 час)

8	Правила безопасного поведения при пожаре и угрозе взрывов. § 8, 49—51 (1 час)
Аварии с выбросом опасных химических веществ (5 часов)	
9	Опасные химические вещества и объекты. § 9, 52—55 (1 час)
10	Характеристика АХОВ и их поражающих факторов. § 10, 55—60 (1 час)
11	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. § 11, 60—68 (1 час)
12	Правила поведения и защитные меры при авариях на ХОО. § 12, 68—77 (1 час)
13	Первая помощь пострадавшим от АХОВ. § 13, 77—79 (1 час)
Аварии с выбросом радиоактивных веществ (4 часа)	
14	Радиоактивность и радиационно опасные объекты. § 14, 80—87 (1 час)
15	Ионизирующее излучение: природа, единицы измерения, биологические эффекты. § 15, 87—92 (1 час)
16	Характеристика очагов поражения при радиационных авариях и принципы защиты. § 16, 92—95 (1 час)
17	Правила поведения и действия населения при радиационных авариях и радиоактивном загрязнении местности. § 17, 96—101 (1 час)
Гидродинамические аварии (4 часа)	
18	Гидродинамические аварии и гидротехнические сооружения. § 18, 102—105 (1 час)
19	Причины и виды гидродинамических аварий. § 19, 105—109 (1 час)
20	Последствия гидродинамических аварий. § 2 0, 109—111 (1 час)
21	Меры по защите населения от последствий гидродинамических аварий. Правила поведения при угрозе и во время и после гидродинамических аварий. § 2 1, 112—114 (1 час)
Нарушение экологического равновесия (6 часов)	
22	Экология и экологическая безопасность. § 22 , 115—126 (1 час)
23	Биосфера и человек. § 2 3, 127—128 (1 час)
24	Загрязнение атмосферы. § 2 4, 128—131 (1 час)
25	Загрязнение почв. § 2 5, 131—134 (1 час)
26	Загрязнение природных вод. § 2 6, 134—139 (1 час)
27	Предельно допустимые концентрации загрязняющих веществ. Характеристика экологической обстановки в России. § 2 7, 139—140 (1 час)
Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения	
Безопасное поведение на улицах и дорогах (5 часов)	
28	Правила для велосипедистов. § 2 8, 140—148 (1 час)
29	Мотовелосипед и мопед. Мотоцикл. Правила пользования и движения. § 2 9, 149—153 (1 час)
30	Водитель — главный участник дорожного движения. § 30, 153—157(1 час)
31	Проезд перекрестка. § 31, 157—160 (1 час)
32	Экстремальные ситуации аварийного характера. § 32, 160—163 (1 час)
33-	Защита проектов. Подведение итогов. (2 часа)

34	
9 класс (1 ч в неделю, всего 34 часа)	
1	Формирование культуры безопасности жизнедеятельности. Введение, 7—10 (1 час)
Основы безопасности личности, общества и государства (16 часов)	
Национальная безопасность России в современном мире (5 часов)	
2	Россия в мировом сообществе и национальная безопасность. § 1, 11—16 (1 час)
3	Национальные интересы России. § 2 , 16—22 (1 час)
4	Основные угрозы национальным интересам России и пути обеспечения ее безопасности. § 3, 2 3—27 (1 час)
5	Организация обороны Российской Федерации. § 4, 2 7—31 (1 час)
6	Правовые основы обороны государства и воинской обязанности. § 5, 32—42 (1 час)
Организация защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (9 часов)	
7	МЧС России — федеральный уполномоченный орган в сфере гражданской обороны (ГО) и чрезвычайных ситуаций. § 6, 43—58 (1 час)
8	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. § 7, 59—64 (1 час)
9	Законодательные, нормативные и правовые основы обеспечения безопасности. § 8, 65—67 (1 час)
10	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. § 9, 52—55 (1 час)
11	Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. § 10, 55—81 (1 час)
12	Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. § 11, 81—89(1 час)
13	Защитные сооружения гражданской обороны. § 12, 89—94 (1 час)
14	Чрезвычайные ситуации мирного времени. § 13, 94—106 (1 час)
15	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. § 14, 106— 114 (1 час)
Терроризм как угроза национальной безопасности Российской Федерации (2 часа)	
16	Терроризм и безопасность человека. § 15, 114—118 (1 час)
17	Международный терроризм и безопасность России. § 16, 118—128 (1 час)
Основы формирования здорового образа жизни (11 часов)	
18	Понятие о здоровье. § 17, 129—130 (1 час)
Факторы, разрушающие здоровье (3 часа)	
19	Табакокурение и его вред. § 18, 130—137 (1 час)
20	Алкоголь и его вред. § 19, 138—142 (1 час)
21	Наркотики и их вред. § 2 0, 142—147 (1 час)
Факторы, формирующие здоровье (7 часов)	
22	Рациональное питание. § 2 1, 147—155 (1 час)

23	Основы подбора продуктов питания. § 22 , 155—160 (1 час)
24	Советы, как выбрать безопасные продукты. § 2 3, 160—168 (1 час)
25	Гигиена одежды. § 2 4, 168—170 (1 час)
26	Занятия физической культурой. § 2 5, 171—176 (1 час)
27-28	Туризм как вид активного отдыха. § 2 6, 176—192 (2 часа)
Подведение итогов за курс ОБЖ основной школы (6 часов)	
29-30	Рекомендации специалистов МЧС по действиям в чрезвычайных ситуациях. § 2 7, 193—214 (2 часа)
31-32	Правила оказания первой помощи. § 2 8, 215—221 (2 часа)
33-34	Защита проектов. Подведение итогов. (2 часа)
ВСЕГО за курс основной школы 102 часа	

Учебно-методический комплект:

1. Государственные стандарты второго поколения.
2. Б.М.Мишин, М.В.Юрьева. Обучение в 5-11 классах по учебникам «Основы безопасности жизнедеятельности» под редакцией Ю.Л.Воробьёва. Программы. Методические рекомендации. Тематическое планирование. АСТ-Астрель, Москва, 2014.
3. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений /под редакцией Ю.Л.Воробьёва. АСТ-Астрель, 2017.
4. Основы безопасности жизнедеятельности: 8 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений /под редакцией Ю.Л.Воробьёва. АСТ-Астрель, 2017.
5. Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений /под редакцией Ю.Л.Воробьёва. АСТ-Астрель, 2017.
7. «Тематическое и поурочное планирование по основам безопасности жизнедеятельности» к учебникам «Основы безопасности жизнедеятельности» под редакцией Ю.Л. Воробьёва для 5—9 классов. Методические рекомендации для учителей. АСТ-Астрель, 2017.