

г. Ейск

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Краснодарского края  
специальная (коррекционная) школа-интернат № 2 г. Ейска

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета  
ГКОУ школы-интерната № 2 г. Ейска  
от 31 августа 2023 г. протокол № 1  
Председатель \_\_\_\_\_ А.А. Долгих

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### II вида

По основам безопасности жизнедеятельности

Уровень образования (класс) основное общее 8 – 12 классы II вид

Количество часов 170

Учитель

Носкова Валентина Николаевна, учитель биологии и химии,  
ГКОУ школа-интернат №2 г.Ейска

Программа разработана на основе

программы для общеобразовательных учреждений 1-11 классы, под редакцией А.Т.  
Смирнова, Москва «Просвещение», 2008 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 8-12 классов с нарушениями слуха на уровне основного общего образования (II вид III вариант) составлена в соответствии с базисным учебным планом (2002 г.) и программы для общеобразовательных учреждений 1-11 классы, под редакцией А.Т. Смирнова, Москва «Просвещение», 2008 г.

В настоящее время в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни возрастает роль и ответственность системы образования. Только через образование можно обеспечить повышение общего уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства. Наиболее полно и целенаправленно эти вопросы можно реализовать в специальной отдельной образовательной области «Основы безопасности жизнедеятельности».

21 июля 2005 г. в Российской Федерации был принят Федеральный закон № 100-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статья 14 Закона Российской Федерации «Об образовании». 30 августа 2005 г. Департаментом государственной политики в образовании Министерства образования и науки в органы управления образованием субъектов РФ было направлено рекомендательное письмо № 03-1572 «Об обеспечении безопасности в образовательных учреждениях». Данные нормативно-правовые акты внесли ряд изменений и уточнений в организацию изучения курса ОБЖ в общеобразовательной школе, которые нашли отражение в предлагаемой авторской программе.

Изучение тематики данной программы направлено на достижение следующих **целей:**

- *воспитание* ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;
- *развитие* личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- *освоение* знаний: об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

Авторы программы — А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов.

- *овладение* умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной

информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

Реализация указанных целей программы достигается в результате освоения тематики программы.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ

### 8 класс

| №            | Наименование раздела и темы  | Количество часов    |                   |
|--------------|--|---------------------|-------------------|
|              |  | Авторская программа | Рабочая программа |
| I.           | Безопасность и защита человека в опасных ситуациях                     | <b>16</b>           | <b>16</b>         |
| 1            | <i>Человек, среда его обитания, безопасность человека</i>              | 5                   | 5                 |
| 2            | <i>Опасные ситуации техногенного характера</i>                         | 6                   | 6                 |
| 3            | <i>Опасные ситуации природного характера</i>                           | 2                   | 2                 |
| 4            | <i>Опасные ситуации социального характера</i>                          | 3                   | 3                 |
| II           | Чрезвычайные ситуации  | <b>6</b>            | <b>6</b>          |
| 5            | <i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</i>       | 6                   | 6                 |
| III          | Основы здорового образа жизни  | <b>7</b>            | <b>6</b>          |
| 6            | <i>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни</i> | 3                   | 6                 |
| IV           | Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи         | <b>8</b>            | <b>6</b>          |
| 7            | <i>Первая медицинская помощь и правила ее оказания</i>                 | 8                   | 6                 |
| <b>ИТОГО</b> |  | <b>36</b>           | <b>34</b>         |

### 9 класс

| №  | Наименование раздела и темы                     | Количество часов    |                   |
|----|---|---------------------|-------------------|
|    |   | Авторская программа | Рабочая программа |
| I. | Безопасность человека в природных условиях      | <b>25</b>           | <b>24</b>         |
| 1. | <i>Подготовка к активному отдыху на природе</i> | 6                   | 9                 |
| 2. | <i>Активный отдых на природе и безопасность</i> | 5                   | 2                 |

|              |   |           |           |
|--------------|---|-----------|-----------|
| 3.           | <i>Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности</i>                        | 6         | 6         |
| 4.           | <i>Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде</i> | 4         | 4         |
| 5.           | <i>Опасные ситуации в природных условиях</i>  | 4         | 3         |
| II.          | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни                                      | <b>10</b> | <b>10</b> |
| 6.           | <i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>                   | 4         | 4         |
| 7.           | <i>Здоровье человека и факторы, на него влияющие</i>                                    | 6         | 6         |
| <b>ИТОГО</b> |   | <b>35</b> | <b>34</b> |

### 10 класс

| №            | Наименование раздела и темы   | Количество часов    |                   |
|--------------|---|---------------------|-------------------|
|              |   | Авторская программа | Рабочая программа |
| I            | Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях             | <b>3</b>            | <b>3</b>          |
| 1            | <i>Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</i> | 3                   | 3                 |
| II           | Чрезвычайные ситуации природного характера                                    | <b>21</b>           | <b>20</b>         |
| 2            | <i>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения</i>                     | 7                   | 7                 |
| 3            | <i>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения</i>                 | 3                   | 3                 |
| 4            | <i>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения</i>                   | 7                   | 7                 |
| 5            | <i>Чрезвычайные ситуации биологического происхождения</i>                     | 4                   | 3                 |
| III          | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни                            | <b>11</b>           | <b>11</b>         |
| 6            | <i>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</i> | 7                   | 7                 |
| 7            | <i>Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия)</i> | 4                   | 4                 |
| <b>ИТОГО</b> |   | <b>35</b>           | <b>34</b>         |

## 11 класс

| № п\п        | Наименование раздела и темы  | Количество часов    |                   |
|--------------|--|---------------------|-------------------|
|              |  | Авторская программа | Рабочая программа |
| I.           | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни                         | <b>11</b>           | <b>11</b>         |
| 1            | Пожарная безопасность  | 3                   | 3                 |
| 2            | Безопасность на дорогах  | 3                   | 3                 |
| 3            | Безопасность на водоемах   | 3                   | 3                 |
| 4            | Экология и безопасность  | 2                   | 2                 |
| II           | Чрезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность населения        | <b>12</b>           | <b>11</b>         |
| 5            | Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия                | 9                   | 9                 |
| 6            | Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера | 3                   | 2                 |
| III.         | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни                           | <b>12</b>           | <b>12</b>         |
| 7            | Основы здорового образа жизни  | 8                   | 8                 |
| 8            | Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи               | 4                   | 4                 |
| <b>ИТОГО</b> |  | <b>35</b>           | <b>34</b>         |

## 12 класс

| № п\п | Наименование раздела и темы  | Количество часов    |                   |
|-------|--|---------------------|-------------------|
|       |  | Авторская программа | Рабочая программа |
| I.    | Основы безопасности личности, общества и государства   | <b>24</b>           | <b>24</b>         |
| 1     | <i>Национальная безопасность России в мировом сообществе</i>   | 4                   | 4                 |
| 2     | <i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера как угроза национальной безопасности России</i> | 3                   | 3                 |

|              |   |           |           |
|--------------|---|-----------|-----------|
| 3            | <i>Современный комплекс проблем безопасности социального характера</i>  | 3         | 3         |
| 4            | <i>Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</i>                            | 3         | 3         |
| 5            | <i>Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</i> | 5         | 5         |
| 6            | <i>Основы государственной политики по организации борьбы с терроризмом и наркобизнесом</i>  | 6         | 6         |
| II           | <b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>   | <b>11</b> | <b>10</b> |
| 7            | <i>Основы здорового образа жизни</i>  | 3         | 3         |
| 8            | <i>Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье</i>   | 3         | 3         |
| 9            | <i>Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья</i>   | 3         | 2         |
| 10           | <i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>   | 2         | 2         |
| <b>ИТОГО</b> |   | <b>35</b> | <b>34</b> |

## Содержание обучения 8 КЛАСС

### I. Безопасность и защита человека в опасных ситуациях

16 ч

#### 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека – 5 ч

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище, и меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе (со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком).

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

#### 2. Опасные ситуации техногенного характера – 6 ч

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход — участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Транспортное средство и водитель.

Общие обязанности водителя. Велосипедист — водитель транспортного средства (велосипеда). Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

### *3. Опасные ситуации природного характера – 2 ч*

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

### *4. Опасные ситуации социального характера – 3 ч*

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми, и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

## **II. Чрезвычайные ситуации**

**6 ч**

### *5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера – 6 ч*

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационно опасных объектах, аварии на пожаровзрывоопасных объектах, аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации. Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности.

### **III. Основы здорового образа жизни**

**6 ч**

#### *б. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни – 6 ч*

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств.

Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на развитие способностей человека и его здоровье.

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь — наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность.

Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков. Собеседования на тему «Основы здорового образа жизни и профилактика вредных привычек». *Обсуждаемые вопросы:*

1. Влияние курения и употребления спиртных напитков на развитие человека, на его физические и умственные способности.
2. Почему курение и употребление спиртных напитков не совместимо с занятиями физической культурой и спортом?
3. Как подготовиться к тому, чтобы твердо сказать «нет!», когда предлагают

сигарету или спиртное.

#### **IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

**6 ч**

##### *7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания - 6 ч*

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи. Ситуации, при которых следует немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

#### **Практическая часть.**

Практическое занятие № 1. Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах.

Практическое занятие № 2. Оказание первой медицинской помощи при носовом кровотечении.

Практическое занятие № 3. Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом.

Практическое занятие № 4. Первая медицинская помощь при отравлении кислотами.

Практическое занятие № 5. Первая медицинская помощь при отравлении щелочью.

#### **ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ, УМЕНИЯМ И НАВЫКАМ УЧАЩИХСЯ ПО ОБЖ ЗА КУРС 8 КЛАССА:**

##### **Должны знать:**

- правила перехода дороги;
- правила движения на велосипедах;
- правила безопасного поведения при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира;
- основные правила поведения на воде, при купании, при отдыхе у воды, при катании на лодке. Способы и средства спасания утопающих. Основные спасательные средства;
- как ориентироваться на местности. Как организовать безопасную переправу через водную преграду;
- меры пожарной безопасности;
- правила безопасного поведения при ЧС природного и техногенного характера;
- когда следует вызывать «скорую помощь» и порядок ее вызова;
- основные понятия — «здоровье», «здоровый образ жизни». Факторы, влияющие на

состояние здоровья (курение, алкоголь, токсикомания).

### **Должны уметь:**

- правильно переходить дорогу, перекресток;
- ориентироваться на местности: определить стороны горизонта по компасу и местным предметам. Определить расстояние по карте и по местности;
- вызвать «скорую помощь», оказать первую помощь при порезах и ссадинах, ушибе, небольшом ожоге, при попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при укусе насекомыми, собакой, кошкой, при кровотечении из носа;
- оказать первую помощь при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении, отравлении угарным газом, кислотами и щёлочью.

## **СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Смирнов А.Т, Хренников Б.О. «Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений 5 класс» -М; Просвещение, 2011г
2. Шевченко Г.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. ПОУРОЧНЫЕ ПЛАНЫ. 5 класс. Волгоград.
3. Латчук В.Н, Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие. Москва ДРОФА 2001г.

### **9 КЛАСС**

#### **I. Безопасность человека в природных условиях 24 ч**

##### *1. Подготовка к активному отдыху на природе - 9 ч*

Природа и человек. Общение с живой природой — естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре.

Определение необходимого снаряжения для похода.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы. Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедных походах.

## *2. Активный отдых на природе и безопасность - 2 ч*

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов. Движение по склонам. Преодоление водных препятствий.

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

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату. Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видом транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта.

## *4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде - 4 ч*

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

## *5. Опасные ситуации в природных условиях - 3 ч*

Опасные погодные условия и способы защиты от них. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

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

**10 ч**

### *6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи - 4 ч*

Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

### *7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие - 6 ч*

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии

развития наркомании. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

### **Практическая часть.**

Практическое занятие 1. Оказание первой медицинской помощи в природных условиях.

Практическое занятие 2. Оказание первой медицинской помощи при травмах.  
Практическое занятие 3. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге.

Практическое занятие 4. Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых.

### **ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ, УМЕНИЯМ И НАВЫКАМ УЧАЩИХСЯ ПО ОБЖ ЗА КУРС 9 КЛАССА:**

#### **Должны знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме;
- меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- основные условия обеспечения личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта;
- основные условия обеспечения жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании;
- меры обеспечения безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях; правила оказания первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях, при ушибах, вывихах, растяжениях связок, при тепловом и солнечном ударах и отморожении, при ожогах, при укусе ядовитой змеи, при укусах насекомых. **К концу 9**

#### **Должны уметь:**

- доступно объяснять значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;
- предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- соблюдать правила личной безопасности в ЧС природного характера; • оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;

#### **К концу 9 класса учащиеся должны:**

**использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни, невосприимчивости к вредным привычкам;
- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, дальний и выездной туризм);
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

## **СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений 6 класс» -М; Просвещение, 2011г
2. В.В. Поляков, М. И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс. ДРОФА Москва 2007г.
3. Шевченко Г.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. ПОУРОЧНЫЕ ПЛАНЫ. 6 класс. Волгоград.
4. В.Н. Латчук, В.В. Марков. Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие. Москва ДРОФА 2001г.
5. М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, Ю.Ю. Корнейчук, Ю.Д. Жилов, Е.Я. Гаткин, С.В. Петров. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс. Москва АСТ 2003г.

## **10 КЛАСС**

### **Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях**

**3 ч**

#### *1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера - 3 ч*

Различные природные явления и причины их возникновения.

Оболочка Земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Географическая оболочка Земли. Круговорот веществ и энергии в географической оболочке. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического, метеорологического, гидрологического, биологического и космического происхождения, их характеристика, возникновение опасности для жизнедеятельности человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения.

Опасная ситуация, стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация, общие понятия и определения.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

### **Раздел II. Чрезвычайные ситуации природного характера - 20 ч**

#### *2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения - 7 ч*

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.

Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения.

Очаг, магниту да, эпицентр, интенсивность землетрясения. Определение интенсивности землетрясения, возможные последствия землетрясения. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика.

Защита населения от последствий землетрясений.

Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений в рамках задач, решаемых РСЧС. Прогнозирование землетрясений. Определение наиболее сейсмоопасных районов на территории страны. Разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений, а также защиты от воздействия сейсмических волн. Организация оповещения населения. Обучение населения правилам безопасного поведения в сейсмоопасных районах. Организация аварийно-спасательных работ.

Правила безопасного поведения населения при землетрясении.

Общие меры безопасности для населения, проживающего в сейсмоопасных районах. Правила поведения во время землетрясения в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе и др. Правила безопасного поведения после землетрясения.

Вулканы. Вулканы, места их образования, причины извержения вулканов. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие вулканы. Предвестники извержения вулканов. Последствия извержения вулканов. Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков выпадение твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи, выделение вулканических газов.

Организация защиты населения от последствий извержения вулканов. Оползни, причины их возникновения. Классификация оползней по занимаемой ими площади. Последствия оползней. Организация защиты населения от последствий оползней. Рекомендации населению по действиям при угрозе возникновения оползня.

Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия. Организация защиты населения от последствий обвалов и снежных лавин. Общие рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин. Извержение вулканов, расположение вулканов на Земле.

### *3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения - 3 ч*

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны, их строение, скорость перемещения; циклоны — причина возникновения ураганов и бурь. Последствия ураганов и бурь. Характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра Воздействие ветра на окружающую среду.

Мероприятия, проводимые в рамках задач, решаемых РСЧС, по защите населения от последствий ураганов и бурь.

Основные понятия и определения. Характеристика смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время смерча.

#### *4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения - 7*

Наводнения, виды наводнений и их причины.

Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения.

Наводнения, связанные со стоком воды во время половодья. Наводнения, формируемые за счет паводка. Наводнения, вызываемые заторами и зажорами в руслах рек. Наводнения, связанные с Ветровыми нагонами воды.

Возможные последствия наводнений.

Основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения, организация эвакуации и спасательных работ, подготовка населения к действиям при угрозе и во время наводнения.

Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.

Сели и их характеристика, причины возникновения селей. Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах.

Цунами. Общая характеристика цунами, причины их возникновения, возможные последствия. Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному поведению при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

#### *5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения - 3 ч*

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация лесных пожаров.

Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды.

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения от лесных пожаров.

Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу.

Инфекционные болезни человека, причины их возникновения. Классификация инфекционных болезней по способу передачи инфекции от больного человека к здоровому.

Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Эпидемический процесс и факторы, его определяющие.

Противоэпидемические мероприятия и защита населения.

Характеристика некоторых наиболее распространенных инфекционных заболеваний и их профилактика.

Комплекс мероприятий, проводимых для защиты населения от массовых инфекционных заболеваний. Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.

Инфекционные болезни животных и растений. Причина их возникновения, краткая характеристика.

Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

## Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

11 ч

### *б. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека - 7 ч*

Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей.

Общие понятия и определение стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного синдрома. Влияние стресса на состояние здоровья человека. Содержание общих принципов борьбы со стрессом.

Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

Особенности развития организма человека в подростковом возрасте. Физическое развитие, индивидуальные особенности внешнего облика человека. Различия в развитии мальчиков и девочек. Соблюдение правил личной гигиены в подростковом возрасте.

Особенности психического развития человека в подростковом возрасте.

Перестройка, происходящая в центральной нервной системе подростка, и формирование личности человека. Формирование основных качеств взрослого человека.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со взрослыми.

Значение правильного общения со взрослыми, особенно с родителями, для социального развития человека в подростковом возрасте. Конфликтные ситуации, которые могут возникнуть при общении подростка с родителями, и основные способы их разрешения. Умение слушать собеседника.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со сверстниками. Рост потребности общения со сверстниками, пути достижения признания среди сверстников. Возможные конфликтные ситуации при общении со сверстниками, основные пути их разрешения. Личные качества, обеспечивающие более тесное общение со сверстниками.

Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола.

Факторы, определяющие развитие взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Формирование социально значимых качеств для установления правильного взаимоотношения со сверстниками противоположного пола. Духовная и социальная зрелость и ее значение в определении стиля своего поведения с лицами противоположного пола.

Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.

Значение правового воспитания для социального развития подростка. Правонарушения, совершаемые подростками, и их основные причины. Уголовная ответственность несовершеннолетних, предусмотренная Уголовным кодексом Российской Федерации (УК РФ, 1997 г.).

## *7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия) - 4 ч*

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи. Когда необходимо вызывать «скорую помощь». Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении. Первая медицинская помощь при незначительных ранах.

Первая медицинская помощь при сильном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при артериальном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при венозном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавшего.

### **Практическая часть.**

Практическое занятие №1. Общие правила оказания первой медицинской помощи.

Практическое занятие №2. Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении.

Практическое занятие №3. Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах.

Практическое занятие №4. Общие правила транспортировки пострадавшего.

### **ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ, УМЕНИЯМ И НАВЫКАМ УЧАЩИХСЯ ПО ОБЖ ЗА КУРС 10 КЛАССА:**

#### **должны знать:**

- значение психологической уравновешенности в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности;
- содержание общих принципов борьбы со стрессом;
- особенности развития организма человека в подростковом возрасте;
- особенности психического развития человека в подростковом возрасте
- об уголовной ответственность несовершеннолетних, предусмотренная Уголовным кодексом Российской Федерации (УК РФ, 1997 г.).
- об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера;
- правила поведения во время землетрясения в различных ситуациях, при угрозе возникновения оползня, обвалов и схода снежных лавин;
- рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения;
- правила по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу;
- о противоэпидемические мероприятия по защите населения;
- правила оказания первой медицинской

помощи

**должны уметь:**

- доступно объяснять значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;
- предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- соблюдать правила личной безопасности в ЧС природного характера: во время землетрясения в различных ситуациях, при угрозе возникновения оползня, обвалов и схода снежных лавин;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях: при наружном кровотечении, при ушибах и переломах;
- осуществлять транспортировку пострадавшего.

**К концу 10 класса учащиеся должны:**

**использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни, невосприимчивости к вредным привычкам;
- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

## **СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений 7 класс» -М; Просвещение, 2011г
2. В.Н. Латчук, В.В. Марков А.Г. Мослов. Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие. 7 класс. Москва ДРОФА 2001г.
3. М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, Ю.Ю. Корнейчук, Н.П. Красинская, Б.И. Мишин, С.В. Петров. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс. Москва Астрель АСТ 2004г.
- 4.С.Н. Вангородский. С. М. И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс. Москва ДРОФА 2006г.

## **11 КЛАСС**

### **Раздел I. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

### *1. Пожарная безопасность - 3 ч*

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

### *2. Безопасность на дорогах – 3 ч*

Причины дорожно-транспортного травматизма. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

### *3. Безопасность на водоемах – 3 ч*

Водоемы. Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

### *4. Экология и безопасность – 2 ч*

Загрязнение окружающей природной среды. Понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

## **Раздел II. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность населения**

### **11ч**

### *5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия – 9 ч*

Общие понятия о чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера по типам и видам их возникновения.

Потенциально опасные объекты экономики. Аварии на радиационно опасных, химически опасных и пожаровзрывоопасных объектах. Причины их возникновения и возможные последствия. Аварии на гидротехнических объектах. Рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

### *6. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций*

*техногенного характера – 2 ч*

Способы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных и химически опасных объектах.

### **Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**12 ч**

*7. Основы здорового образа жизни – 8 ч*

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и безопасность — основные составляющие здорового образа жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества и обеспечения их безопасности. Влияние окружающей природной среды на здоровье человека. Вредные привычки и их профилактика.

*8. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи – 4 ч*

Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека. Средства оказания первой медицинской помощи при травмах и утоплении. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом, хлором и аммиаком.

#### **Практическая часть**

Практическое занятие № 1. Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение.

Практическое занятие № 2. Первая медицинская помощь при отравлении АХОВ.

Практическое занятие № 3. Первая медицинская помощь при травмах.

Практическое занятие № 4. Первая медицинская помощь при утоплении

### **ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ УЧАЩИХСЯ ПО ПРЕДМЕТУ 11 КЛАСС:**

#### **Должны знать:**

- правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании;
- правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров;
- правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда;
- правила безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- способы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях

техногенного характера

- основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;
- о влиянии окружающей природной среды на здоровье человека.
- правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом, хлором и аммиаком, при травмах и утоплении.

**Должны уметь:**

- выполнять правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании;
- соблюдать безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров;
- оказывать само-и взаимопомощи, терпящим бедствие на воде;
- выполнять правила безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- соблюдать здорового образа жизни;
- оказать первую помощь при травмах и утоплении, при отравлениях угарным газом, хлором и аммиаком.

## **СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности 8 класс: учебник для общеобразовательных учреждений— М.: Просвещение, 2011г

2. В.Н. Латчук В.В. Марков. Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие 8 класс Москва ДРОФА 2001 г

3. М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, Ю.Ю. Корнейчук, Ю.Д. Жилов Е.Я. Гаткин С.В. Петров. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс. Москва АСТ 2003г.

4. С.Н. Вангородский С. М. И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс. Москва ДРОФА 2006 г.

## **12 КЛАСС**

### **Раздел I. Основы безопасности личности, общества и государства**

**24 ч**

#### *1. Национальная безопасность России в мировом сообществе – 4 ч*

Россия в мировом сообществе. Страны и организации в современном мире, с которыми Россия успешно сотрудничает. Значение для России сотрудничества со странами СНГ. Роль молодого поколения России в развитии нашей страны.

Национальные интересы России в современном мире и их содержание. Степень влияния каждого человека на национальную безопасность России.

Основные угрозы национальным интересам России, влияние определенного поведения каждого человека на национальную безопасность России,

Значение формирования общей культуры населения в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения национальной безопасности России.

*2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера как угроза национальной безопасности России- 3 ч*

Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения. Классификация чрезвычайных ситуаций, основные причины увеличения их числа. Масштабы и последствия чрезвычайных ситуаций для жизнедеятельности человека.

Чрезвычайные ситуации природного характера, их причины и последствия. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и последствия.

*3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера – 3 ч*

Военные угрозы национальной безопасности России. Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России. Роль Вооруженных Сил России в обеспечении национальной безопасности страны.

Международный терроризм — угроза национальной безопасности России. Наркобизнес как разновидность проявления международного терроризма.

*4. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени – 3 ч*

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные задачи, решаемые РСЧС по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны. Основные факторы, определяющие развитие гражданской обороны в настоящее время.

МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Роль МЧС России в формировании культуры в области безопасности жизнедеятельности населения страны.

*5. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени -5 ч*

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Основное предназначение проведения системы мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций.

Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Централизованная система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях; единая дежурно-диспетчерская служба на базе телефона 01. Создание локальных и автоматизированных систем оповещения.

Эвакуация населения. Классификация мероприятий по эвакуации населения из зон чрезвычайных ситуаций. Экстренная эвакуация; рассредоточение персонала объектов экономики из категорированных городов. Заблаговременные мероприятия, проводимые человеком при подготовке к эвакуации.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

*6. Основы государственной политики по организации борьбы с терроризмом и наркобизнесом -6 ч*

Виды террористических акций, их цели и способы осуществления.

Подразделение терроризма по видам в зависимости от целей, которые преследуют преступники. Международный терроризм и его основные особенности.

Законодательная и нормативно-правовая база по организации борьбы с терроризмом. Основные органы федеральной исполнительной власти, непосредственно осуществляющие борьбу с терроризмом. Основные задачи гражданской обороны по защите населения от террористических актов.

Система борьбы с терроризмом. Существующие в мировой практике формы борьбы с терроризмом. Организация информирования населения о террористической акции. Уголовная ответственность, предусмотренная за участие в террористической деятельности.

Правила поведения при угрозе террористического акта.

Государственная политика противодействия распространению наркомании. Основные меры, принимаемые в России для борьбы с наркоманией. Наказания, предусмотренные Уголовным кодексом РФ, за

сбыт наркотических средств и за склонение к потреблению наркотических средств.

Профилактика наркомании.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**10 ч**

### *7. Основы здорового образа жизни -3 ч*

Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность. Определение, данное здоровью в Уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Основные факторы, оказывающие существенное влияние на здоровье человека. Взаимосвязь, существующая между духовной, физической и социальной составляющими здоровья человека. Здоровый образ жизни и его составляющие. Роль здорового образа жизни в формировании у человека общей культуры в области безопасности жизнедеятельности.

Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России.

### *8. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье - 3 ч*

Ранние половые связи и их последствия.

Инфекции, передаваемые половым путем. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе.

### *9. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья -2 ч*

Брак и семья. Роль семьи в воспроизводстве населения страны. Основные функции семьи. Влияние культуры общения мужчины и женщины на создание благополучной семьи.

Семья и здоровый образ жизни человека. Роль семьи в формировании здорового образа жизни. Основные положения Семейного кодекса **РФ**.

### *10. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи -2 ч*

Первая медицинская помощь при массовых поражениях. Первая медицинская помощь при передозировке при приеме психоактивных веществ.

## **Практическая часть.**

Практическое занятие № 1. Эвакуация населения.

Практическое занятие № 2. Правила поведения при угрозе террористического акта.

Практическое занятие № 3. Первая медицинская помощь при массовых поражениях.

Практическое занятие № 4. Первая медицинская помощь при передозировке при приеме психоактивных веществ.

## **ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ УЧАЩИХСЯ ПО ПРЕДМЕТУ 12 КЛАСС:**

**Должен знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в Российской Федерации;
- права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- приемы и правила оказания первой медицинской помощи;

**уметь:**

- доступно объяснять значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;
- предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- соблюдать правила дорожного движения в качестве пешехода, пассажира и водителя транспортного средства (велосипеда, мопеда);
- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очага возгорания;
- соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества людей;

- перечислять последовательность действий при оповещении о возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;

**использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни, невосприимчивости к вредным привычкам;

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- безопасного пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;

- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, дальний и выездной туризм);

- проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;

- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

## **СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений 5 класс» -М; Просвещение, 2011г
2. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений 6 класс» -М; Просвещение, 2011г
3. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений 7 класс» -М; Просвещение, 2011г
4. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений 8 класс» -М; Просвещение, 2011г
5. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений 9 класс» -М; Просвещение, 2011г
6. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений 9 класс» -М; Просвещение, 2011г
7. В.Н. Латчук, В.В. Марков, А.Г. Мослов. Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие. 9 класс. Москва ДРОФА 2001г.
8. М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, Ю.Ю. Корнейчук, Ю.Д. Жиллов, Е.Я. Гаткин С.В. Петров. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс. Москва АСТ 2003г.
9. С.Н. Вангородский С. М. И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс. Москва ДРОФА 2006г.
- 10.

## **СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ**

1. Медицинская аптечка.
2. Газодымозащитный комплект (ГДЗК- EN)
3. Экранно-звуковые средства обучения.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания  
методического объединения  
от «31» августа 2023 г. № 1  
\_\_\_\_\_ Жердеева В.Э.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Ершова Н.Н.  
31 августа 2023 г.