

Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет по образованию города Барнаула
МБОУ "СОШ №1"

РАССМОТРЕНО
на заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от 22.08.2024

УТВЕРЖДЕНО



Директор МБОУ "СОШ №1"
Семенова Е.А.
Семенова Е.А.
Приказ от 27.08.2024 №130-осн

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Азбука безопасности»
(общеинтеллектуальное направление)
Для обучающихся 5-7 классов

г. Барнаул, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (2010г). Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами курса в соответствии с целями внеурочной деятельности, которые определены стандартом.

МЕСТО КУРСА В ПЛАНЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

На изучение курса «Азбука безопасности» отводится в 5 классе Согласно плану внеурочной деятельности МКОУ «Фентисовская основная - 1 час в неделю, в 6 классе –1 час в неделю, в 7 классе –1 час в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5 класс (34 ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и государства.

Основы комплексной безопасности

Личная безопасность в повседневной жизни.

Введение. Значение и задачи курса «Азбука безопасности».

Безопасность, опасная и экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, виды чрезвычайных ситуаций (техногенная, социальная, природная). Понимание необходимости и важности обеспечения личной и общественной безопасности.

Понятие «правило безопасного поведения». Понимание важности соблюдения правил безопасности в повседневной жизни. Понимание последствий невыполнения правил безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни. Возможность прогноза возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций. Способы выявления признаков опасностей.

Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности.

Службы, защищающие население: полиция, пожарная охрана, скорая медицинская помощь, аварийная газовая служба, спасатели (МЧС), поисково-спасательная служба (ПСС). Телефоны специальных служб защиты населения: «01», «02», «03», «04», справочная служба «05» (в Челябинске телефоны специальных служб защиты населения: «101», «102», «103», «104»). Система вызова экстренных служб по единому номеру «112». Оповещение населения, виды сигналов оповещения.

Опасные ситуации в повседневной жизни. Особенности жизни в городе и других населенных пунктах. Опасные и аварийные ситуации в

жилище. Необходимые меры безопасности в повседневной жизни. Правила безопасного поведения в быту.

Безопасность в быту. Зависимость существования человека от городской инфраструктуры — социальных структур, обеспечивающих условия жизни в городе.

Технические аварии в системах жизнеобеспечения: в канализационной системе, затопление помещений; аварии лифта; разрушение зданий; нарушение газоснабжения; отключения электроэнергии и теплоснабжения; неисправность запирающих устройств. Причины возникновения аварий и опасных ситуаций в повседневной жизни, пути их устранения и предотвращения.

Возгорание. Источники возгорания. Горение. Самовоспламенение. Пожар и его опасные спутники (ядовитый дым, угарный газ, высокая температура воздуха, задымление и плохая видимость, паника и растерянность, обрушение конструкций и взрывы бытового газа). Причины возгорания и пожара, человеческий фактор. Последствия пожара. Правила поведения при возгорании и пожаре. Телефон пожарной службы — «01», «112». Оповещение при пожаре и правила эвакуации. «План эвакуации» в общественных местах. Способы эвакуации. Правила поведения в задымленном помещении. Технические системы охранно-пожарной сигнализации. Пожарные краны. Тушение и средства тушения пожаров. Способы борьбы с небольшим загоранием с использованием имеющихся средств. Правила пожарной безопасности в жилище и общественных местах. Важность соблюдения правил пожарной безопасности. Предотвращение пожароопасной ситуации.

Опасные вещества в быту. Ядовитые газы и их источники: угарный газ, оксид азота, бытовой газ. Основные свойства и признаки ядовитых газов. Опасные вещества в быту: химические удобрения, средства защиты от сорняков и насекомых в сельском хозяйстве; ртуть, лекарства, непригодные для употребления продукты питания. Классификация бытовой химии (относительно безопасные, опасные для глаз и кожи, огнеопасные, ядовитые). Основные правила соблюдения санитарно-гигиенических норм в повседневной жизни. Признаки отравления и первая доврачебная помощь

Безопасное поведение в населенном пункте, городе.

Массовые мероприятия в городе, толпа, паника. Поведение человека в толпе.

Природные опасные явления в городе: гололед и гололедица, штормовой и ураганный ветер.

Безопасность на водоемах. Правила поведения на льду замерзшего водоема. Оказание помощи человеку, попавшему в холодную воду. Правила безопасности при купании в водоемах. Безопасный отдых на берегу водоема. Опасные ситуации социального характера.

Криминогенные ситуации в населенных пунктах. Социально-бытовые виды опасности: хулиганство, кражи, мошенничество, конфликты на почве алкоголизма и наркомании. Рекомендации, как уменьшить вероятность возникновения криминальной ситуации. Террористический акт. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета, при взрыве и при захвате заложников.

Опасные ситуации на дорогах.

Правила дорожного движения.

Дорога и ее элементы. Дорожные знаки. Одностороннее и двустороннее движение. Тротуар. Проезжая часть. Перекресток. Участники дорожного движения: пешеходы, водители и пассажиры. Правила пешеходов. Транспорт и его виды. Тормозной путь.

Безопасность в общественном и личном транспорте. Правила поведения в общественном транспорте. Посадка и выход в общественном транспорте. Опасные зоны в общественном транспорте; турникеты, эскалатор, перрон, предупредительная полоса. Особенности железнодорожного транспорта и правила поведения на железной дороге. Опасные и чрезвычайные ситуации на железной дороге. Правила поведения на водном транспорте. Опасные и чрезвычайные ситуации на водном транспорте. Правила поведения на воздушном транспорте.

Безопасность окружающей среды.

Экологическое равновесие.

Экология. Предмет изучения экологии. Влияние человека на природную среду. Загрязнение окружающей среды. Источники загрязнения. Роль промышленных предприятий и транспорта в загрязнении окружающей среды. Сохранение водных и почвенных ресурсов. Вещества, загрязняющие воздушную среду. Мероприятия, проводимые по защите водной, почвенной и воздушной среды. Окружающая среда и здоровье человека. Безопасность пищевых продуктов.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Понятие первой доврачебной помощи. Важность первой доврачебной (медицинской) помощи для спасения человека. Знакомство с правилами первой доврачебной помощи. Понятия рана, кровотечение, виды кровотечений (капиллярное, венозное и артериальное). Правила остановки

кровотечения. Правила обработки раны. Ожоги: термические, химические. Первая помощь при ожогах.

Понятие здоровья. Значение здоровья для человека. Главные правила здорового образа жизни. Режим дня. Влияние внешней среды на здоровье человека: шумовое загрязнение, техника безопасности при пользовании персональным компьютером и телевизором.

6 класс (34 ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и безопасности. Основы комплексной безопасности

Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях.

Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее.

Понятия «опасные ситуации» и «экстремальные ситуации». Причины возникновения опасных и экстремальных ситуаций на отдыхе, в туристском походе. Опасная ситуация может стать экстремальной. Необходимость объективной оценки опасной ситуации. Возможность предотвратить перерастание опасной ситуации в экстремальную. Подготовленность человека при автономном существовании в природе: психологическая, физическая, материальная.

Природа и человек. Подготовка к активному отдыху на природе. Потенциально опасные факторы: природные, техногенные, социальные. Факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией и действия по их преодолению. Переутомление. Уныние. Страх. Боль и травмы. Холод. Жара. Алгоритм первых действий в экстремальной ситуации.

Необходимое снаряжение для краткосрочного и продолжительного многодневного отдыха. НАЗ (носимый аварийный запас). Благополучное длительное путешествие или однодневный поход обеспечивается продуманной экипировкой, необходимым минимальным продовольственным запасом, наличием питьевой воды, Психологической и физической подготовленностью человека.

Акклиматизация. Реакклиматизация. Особенности акклиматизации в различных природных условиях: жаркого, холодного климата, в северных районах и горной местности. Правила успешной акклиматизации.

Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде.

Правила поведения в условиях автономного существования в природной среде.

Ориентирование на местности. Ориентиры: шум железной дороги, автодороги; реки и ручьи; просеки; элементы рельефа местности, Солнце, звёзды и созвездия. Ориентирование с помощью механических часов и гномона. Истинный (или местный) полдень данной местности. Ориентирование по местным признакам. Компас и ориентирование с помощью компаса. Стороны Света. Магнитный меридиан. Магнитное склонение. Азимут. Азимут обратного движения. Способы подачи сигналов бедствия: дымовой костер, постоянный сигнальный костер; свист (свисток), сигнальное зеркало, сигналы международного кода; ракетница и сигнальный патрон.

Правила поведения при аварии транспортного средства.

Устройство временных укрытий. Летние и зимние виды убежищ. Выбор места. Виды временных укрытий: шалаш, навес, вигвам и строительный материал. Виды зимних укрытий (иглу, снежная пещера, нора, траншея).

Место для костра. Типы костров и очаги. Виды топлива. Разжигание костра. Теория разведения огня без спичек. Спички и НАЗ. Сохранение огня.

Обеспечение бытовых потребностей. Изготовление посуды, веревок и рюкзака из подручных средств. Природные средства, используемые для личной гигиены. Уход и сбережение одежды и обуви. Добывание пищи. Растительная и животная пища. Добывание питьевой воды.

Безопасность при прохождении по местности. Правила переправы через реки. Правила передвижения в горах, в лавиноопасных и камнепадных районах, по заболоченной местности. Распознавание лавино- и камнепадоопасных склонов.

Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях.

Общие принципы оказания самопомощи. Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему. Правила оказания первой доврачебной помощи.

Аптечка. Природные лекарственные средства. Замена промышленных лекарственных средств природными.

Травмы. Потертости и мозоли. Ссадины и порезы. Ожоги. Помощь при потертостях, мозолях, ссадинах, порезах и ожогах. Ушибы, растяжения и разрывы связок, переломы, вывихи. Наложение шин. Укусы насекомых, паукообразных. Укусы змей, бешеных животных. Отравления. Оказание первой помощи при укусах и отравлениях. Первая помощь при утоплении. Основные приемы реанимации: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Тепловые и солнечные удары. Обморожения. Поражения молнией.

Правила поведения, позволяющие избежать теплового, солнечного ударов, обморожения, поражения молнией, и оказание помощи.

7 класс (34 ч., 1 ч. в неделю)

Структурные компоненты программы представлены в двух учебных модулях охватывающих весь объем содержания, определенный для основной школы в области безопасности жизнедеятельности.

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства обеспечивает формирование у обучаемых комплексной безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Модуль включает два раздела:

Раздел 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».

Модуль II. Здоровый образ жизни и оказание первой медицинской помощи.

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

Раздел 2. «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи».

Раздел 3. «Основы здорового образа жизни».

Основы безопасности личности, общества и государства (27 ч)

Чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация. Причины, правила поведения, происхождение землетрясений. Оценка последствий землетрясений. Общее понятие о вулканах и меры по уменьшению потерь от извержения вулканов. Оползни, сели, обвалы, снежные лавины и их последствия. Правила безопасного поведения при оползнях, обвалах и снежных лавинах. Происхождение, классификация и последствия ураганов бурь и смерчей. Виды наводнений. Правила безопасного поведения и последствия наводнений. Причины, последствия и правила безопасного поведения при цунами. Причины, последствия и правила безопасного поведения при природных пожарах. Эпизоотии, эпидемии, эпифитотии.

Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера(3ч)

Человек и стихия. Характер и темперамент. Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (2 ч)

Правила наложения повязок. Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.

Основы здорового образа жизни (2ч)

Режим-необходимое условие здорового образа жизни. Профилактика переутомления и содержание режима дня.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Азбука безопасности»

5 класс

Личностными результатами освоения курса «Азбука безопасности» в 5 классе являются:

развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных интересов в повседневной жизни подростка;

понимание важности сохранения своего здоровья и начало формирования потребности соблюдения норм здорового образа жизни;

формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности;

воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека.

Метапредметными результатами освоения курса «Азбука безопасности» в 5 классе являются:

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

овладевать навыками безопасного поведения в повседневной жизни; оценивать свои поступки;

моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;

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

развитие умения формулировать свои мысли, умения принимать точку зрения собеседника, понимать право существования иного мнения;

освоение алгоритмов действия в опасной и чрезвычайной ситуации в повседневной жизни: дома, на улице, в транспорте, в школе и других общественных местах.

Предметные результаты освоения курса «Азбука безопасности» в 5 классе:

В результате обучения по представленной программе для 5 класса большинство учащихся будут:

представлять: общие правила поведения в любой опасной ситуации; роль окружающей среды в жизнеобеспечении человека; важность сохранения своего здоровья; роль продуктов питания в сохранении своего здоровья; элементарные правила здорового образа жизни и умение применять их в повседневной жизни.

понимать: что такое опасность; необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека; свою ответственность за свои поступки и действия; влияние потенциально опасных источников загрязнения окружающей среды; важность обеспечения безопасности жилища, личной и общественной безопасности.

знать: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; о службах защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; признаки опасных ситуаций в быту, на улице; возможные источники опасности в населенных пунктах; возможные источники опасности в жилище; возможные причины возгораний и пожаров; принципы работы средств тушения возгорания; подручные средства тушения возгорания; об опасности газов, используемых в быту; порядок действий в случае затопления жилища по разным причинам; порядок действий в случае проявления первых признаков землетрясения; о возможных опасных ситуациях на дорогах; правила движения пешехода; о возможных опасных ситуациях на общественном транспорте; правила поведения на льду замерзшего водоема; основные правила соблюдения санитарно-гигиенических норм в повседневной жизни; о правилах работы с персональным компьютером; правила обеспечения безопасности жилища и личной и общественной безопасности.

уметь: сравнивать разные понятия и делать выводы. Объяснять сущность и необходимость правил безопасного поведения. Приводить примеры, анализировать ситуацию и делать соответствующие выводы (индивидуальная работа и работа в группе со сверстниками и учителем). Аргументировать и отстаивать свое мнение. Анализировать ситуацию, делать соответствующие выводы и принимать правильные решения.

соотносить свои действия с планируемыми результатами. Предвидеть возможность проявления опасности в жилище. Предвидеть возникновения пожароопасных ситуаций. Уметь применять правила обеспечения безопасности жилища и личной и общественной безопасности. Уметь находить альтернативные решения. Знать элементарные правила здорового образа жизни и уметь применять их в повседневной жизни.

6 класс

Личностными результатами обучения ОБЖ в 6 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 начало формирования 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.

Метапредметными результатами обучения в 6 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;

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

освоение алгоритмами действия в опасной и чрезвычайной ситуации в повседневной жизни и на отдыхе.

Предметные результаты освоения курса «Азбука безопасности» в 6 классе:

В результате обучения по представленной программе для 6 класса большинство учащихся будут:

Представлять: влияние климатических факторов на состояние и здоровье человека. Иметь представление об элементарных медицинских средствах и перевязочном материале при оказании первой помощи. О лекарственных свойствах дикорастущих растений. Иметь представление о принципах оказания первой доврачебной помощи, в том числе при закрытых переломах, при отравлениях, при укусах животных.

Понимать: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека; свою ответственность за свои поступки и действия; ценность жизни человека.

Знать: принципы подготовки к кратковременному и длительному путешествию; что такое топографическая карта и ее информационная нагрузка, представлять, что такое план местности и абрис; стороны света, принципиальное устройство компаса и принцип его работы. Основные правила личной гигиены. Опасных животных. Элементарные санитарно-гигиенические правила.

Уметь: оценивать различные возможные реальные ситуации; работать в группе; принимать решения; оценивать особенности своего физического состояния и здоровья. Уметь находить необходимую информацию. Планировать свою деятельность и корректировать ее со своими сверстниками и старшими. Ориентироваться с помощью карты и компаса. Определять стороны света по Солнцу и часам со стрелками. Применить знания, полученные на уроках географии. Применять теоретические знания на практике.

Развивать навыки, необходимые в повседневной жизни. Уметь принимать решение.

Уметь определять пульс, накладывать шину из подручных средств, накладывать жгут при венозном кровотечении. Накладывать простейшие повязки при потертостях, ссадинах, порезах.

7 класс

Личностными результатами прохождения программы являются:

развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами обучения являются:

овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметными результатами являются:

В познавательной сфере:

знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

В ценностно-ориентационной сфере:

умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

В коммуникативной сфере:

умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

В эстетической сфере:

умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

В трудовой сфере:

знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

умения оказывать первую медицинскую помощь.

В сфере физической культуры:

формирование установки на здоровый образ жизни;

развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности
«Азбука безопасности»**

5 класс

№	Наименование раздела, темы	Кол-во часов
1	Введение	1
2	Раздел 1. Личная безопасность в повседневной жизни	31
3	Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	3
Всего часов:		34

6 класс

№	Наименование раздела, темы	Кол-во часов
1	Введение	1
2	Раздел 1. Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях. Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее	4
3	Раздел 2. Пребывание человека в различных климатических условиях	3
4	Раздел 3. Способы выживания человека в условиях автономного существования в природной среде	15
5	Раздел 4. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях	13
Всего часов:		34

7 класс

	Наименование раздела, темы	Кол-во часов
I	Основы безопасности личности, общества и государства	27
1	Землетрясения	3
2	Вулканы	2
3	Оползни, сели, обвалы и снежные лавины	6

4	4.Ураганы, бури, смерчи	4
5	5.Наводнения	3
6	6.Цунами	3
7	7.Природные пожары	4
8	8.Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений	2
9	Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера	3
II	Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	2
10	Наложение повязок и помощь при переломах	2
III	Основы здорового образа жизни	2
11	Режим учебы и отдыха подростка	2
	Итого	34

Поурочное планирование 5 класс

№ п/п	Содержание	Количество часов
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях		
1	Правила дорожного движения. Правила поведения в ЧС. Особенности города как среды обитания	1
2	Системы обеспечения безопасности города	1
3	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире)	
4.	Пожар	
5.	Средства пожаротушения	
6	Затопление квартиры.	1
7	Электричество.	1
8	Опасные вещества и продукты питания	1
9	Взрыв и обрушение дома.	1
10	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи)	1
11	Опасность толпы	1
12	Собака бывает кусачей	1
13	Обобщение и контроль знаний по теме «Личная безопасность в повседневной жизни»	1
14	Организация дорожного движения, причины и последствия ДТП	1
15	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров	1
16	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле	1
17-18	Железнодорожный и авиационный транспорт.	2
19	Морской и речной транспорт.	1
20	Психологические основы самозащиты.	1
21	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире), в подъезде.	1
22	Ситуации криминогенного характера на улице, опасные домогательства	1
23	Если вы оказались заложником	1
24	Загрязнение воды	1

25	Загрязнение воздуха	1
26	Загрязнение почвы	1
27	Фильтрующие противогазы. Пользование противогазом.	1
28	Повторение тем: «Способы индивидуальной защиты», «Опасные ситуации социального характера».	1
Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.		
29	Виды ранений и оказание первой медицинской помощи.	1
30	Общая характеристика кровотечений	1
31	Оказание первой медицинской помощи при различных видах кровотечений	1
Раздел 3. Основы здорового образа жизни		
32	Движение и здоровье. Нарушение осанки и причины их возникновения	1
33	Обобщение и контроль знаний по курсу	1
34	Телевизор и компьютер – друзья или враги?	1
35	Развитие и изменения организма в вашем возрасте. Физическое и нравственное взросление человека.	1

Поурочное планирование 6 класс

№ п/п	Содержание	Количество часов
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях		
1	Введение. Экстремальные ситуации в природе и причины их возникновения	1
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.	1
3-4	Психологические основы выживания в природных условиях	2
5	Страх- главный психологический враг	1
6	Подготовка к походу и поведение в природных условиях	1
7	Обобщение по теме «Экстремальные ситуации в природных условиях.	1
8	Надежные одежда и обувь - важное условие безопасности	1
9	Правила поведения в экстремальных ситуациях в природных условиях	1
10	Действия при потере ориентировки	1
11	Способы ориентирования. Тест (10мин)	1
12	Техника движения в природных условиях	1
13	Сооружение временного жилища	1
14	Разведение костра	1
15	Обеспечение пищей. Тест (15мин)	1
16	Обеспечение водой	1
17	Поиск и приготовление пищи	1
18	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов	1
19	Безопасность на водоемах	1
20	Сигналы бедствия Тест (10мин)	1
21	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме	1
22	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях	1
23	Коллективные и индивидуальные средства защиты	1

24	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств	1
25	Взрывы в местах массового скопления людей	1
Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.		
26	Средства оказания первой помощи Тест (10 мин)	1
27	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей	1
28	Первая помощь при ожогах Тест (7 мин)	1
29	Тепловой и солнечный удар. Обморожение и общее охлаждение организма	1
30	Беда на воде	1
31	Закрытые травмы	1
32	Способы переноски пострадавших. Тест (15)	1
Раздел 3. Основы здорового образа жизни		
32	Правильное питание – основа здорового образа жизни. Гигиена и культура питания. Тест (12мин)	1
33	Особенности подросткового возраста	1
34	Правильное питание – основа здорового образа жизни. Гигиена и культура питания. Тест (12мин)	1

Поурочное планирование 7 класс

№ п/п	Содержание	Количество часов
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях	1
2	Происхождение и классификация землетрясений	1
3	Оценка землетрясений их последствия и меры по уменьшению потерь	1
4	Правила безопасного поведения при землетрясениях	1
5	Общее понятие о вулканах	1
6	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов	1
7	Оползни	1
8	Сели	1
9	Обвалы	1
10	Снежные лавины	1
11	Последствия оползней, обвалов, снежных лавин и меры по уменьшению потерь от них	1
12	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей обвалов, снежных лавин.	1
13	Происхождение ураганов бурь смерчей	1
14	Классификация ураганов бурь, смерчей	1
15	Последствия ураганов бурь смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	1
16	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов бурь, смерчей	1
17	Виды наводнений	1
18	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	1

19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений	1
20	Причины и классификация цунами	1
21	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них	1
22	Правила безопасного поведения при цунами	1
23	Причины природных пожаров	1
24	Последствия природных пожаров и меры по уменьшению ущерба от них	1
25	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожаров	1
26	Эпидемии, эпизоотии, эпифитотии	1
27	Защита от инфекционных заболеваний людей животных и растений.	1
28	Человек и стихия	1
29	Характер и темперамент	1
30	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	1
31	Правила наложения повязок	1
32	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	1
33	Режим-необходимое условие здорового образа жизни	1
34	Профилактика переутомления и содержание режима дня	1