

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Оренбургской области**  
**отдел образования администрации Бугурусланского района**

**МБОУ "Мордбугурусланская ООШ "**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании  
педагогического совета  
школы

Протокол №1 от «08» «31»  
08. 2023 г.»

**УТВЕРЖДЕНО**

директор школы

---

Чуркина С.Р.  
Приказ «№99 от «31» 08.  
2023 г.»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности «Моя безопасность»**  
для обучающихся 5-9 классов

**с. Мордовский Бугуруслан 2023г.**

## 1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Моя безопасность»

Результаты по внеурочной деятельности «Моя безопасность» направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Ожидаемый результат обучения по данной примерной программе в наиболее общем виде может быть сформулирован как способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера. Таким образом, в результате изучения учебного курса «Моя безопасность» ученик должен:

Знать:

- Основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него;
- Иметь представление о существующих опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности;
- Элементарные правила поведения дома, в школе, на улице. В транспорте, на проезжей части, в лесу, на водоёмах;
- Основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;

Уметь использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной и повседневной жизни для:

- Ведения здорового образа жизни;
- Действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- Пользования бытовыми приборами;
- Использования по назначению лекарственных препаратов;
- Пользования бытовыми приборами;
- Соблюдения общих правил безопасного дорожного движения;
- Соблюдение мер пожарной безопасности дома и на природе;
- Соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
- Оказание первой медицинской помощи в неотложных состояниях;
- Вызова (обращения) за помощью в случае необходимости
- Соответствующих служб экстренной помощи.

Результаты	Планируемые результаты
<p><b>Личностные</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;</li> <li><input type="checkbox"/> экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;</li> <li><input type="checkbox"/> осознание ответственности человека за общее благополучие,</li> <li><input type="checkbox"/> гуманистическое сознание,</li> <li><input type="checkbox"/> устойчивое следование в поведении социальным нормам,</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> начальные навыки адаптации в изменющемся мире.</li> <li><input type="checkbox"/> целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий,</li> <li><input type="checkbox"/> эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.</li> <li><input type="checkbox"/> навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций,</li> <li><input type="checkbox"/> этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость.</li> </ul>

<p><b>Познавательные</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> использовать общие приёмы решения задач;</li> <li><input type="checkbox"/> выбирать наиболее эффективные способы решения задач;</li> <li><input type="checkbox"/> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;</li> <li><input type="checkbox"/> ставить и формулировать проблемы;</li> <li><input type="checkbox"/> самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</li> <li><input type="checkbox"/> осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера;</li> <li><input type="checkbox"/> узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов.</li> <li><input type="checkbox"/> использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач;</li> <li><input type="checkbox"/> поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблица, диаграмма, схема);</li> <li><input type="checkbox"/> обработка информации</li> <li><input type="checkbox"/> анализ информации;</li> <li><input type="checkbox"/> передача информации (устным, письменным, цифровым способами);</li> <li><input type="checkbox"/> оценка информации (критическая оценка, оценка достоверности).</li> <li><input type="checkbox"/> сравнение,</li> <li><input type="checkbox"/> классификация по заданным критериям; - установление аналогий;</li> <li><input type="checkbox"/> установление причинно-следственных связей;</li> <li><input type="checkbox"/> построение рассуждения;</li> <li><input type="checkbox"/> обобщение</li> <li><input type="checkbox"/> выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, определять качество и уровня усвоения;</li> <li><input type="checkbox"/> устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели;</li> </ul>
------------------------------	---

<b>Коммуникативные</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач,</li><li><input type="checkbox"/> ставить вопросы,</li><li><input type="checkbox"/> обращаться за помощью,</li><li><input type="checkbox"/> формулировать свои затруднения;</li><li><input type="checkbox"/> предлагать помощь и сотрудничество;</li><li><input type="checkbox"/> определять цели, функции участников, способы взаимодействия;</li><li><input type="checkbox"/> договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;</li><li><input type="checkbox"/> задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</li><li><input type="checkbox"/> формулировать собственное мнение и позицию;</li><li><input type="checkbox"/> строить понятные для партнёра высказывания;</li><li><input type="checkbox"/> строить монологичное высказывание;</li><li><input type="checkbox"/> вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;</li><li><input type="checkbox"/> слушать собеседника;</li><li><input type="checkbox"/> определять общую цель и пути ее достижения;</li><li><input type="checkbox"/> осуществлять взаимный контроль,</li><li><input type="checkbox"/> адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,</li><li><input type="checkbox"/> оказывать в сотрудничестве взаимопомощь;</li><li><input type="checkbox"/> аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности,</li></ul>
------------------------	--

<p><b>Регулятивные</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> формулировать и удерживать учебную задачу,</li> <li><input type="checkbox"/> преобразовывать практическую задачу в познавательную.</li> <li><input type="checkbox"/> применять установленные правила в планировании способа решения;</li> <li><input type="checkbox"/> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации,</li> <li><input type="checkbox"/> составлять план и последовательность действий;</li> <li><input type="checkbox"/> адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;</li> <li><input type="checkbox"/> использовать речь для регуляции своего действия;</li> <li><input type="checkbox"/> предвосхищать результата;</li> <li><input type="checkbox"/> сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.</li> <li><input type="checkbox"/> использовать установленные правила в контроле способа решения;</li> <li><input type="checkbox"/> адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок.</li> </ul>
----------------------------	--

У обучающегося будут сформированы личностные универсальные учебные действия:

- положительное отношение к школе и учебной деятельности;
- интерес к учебному материалу;
- представление о причинах успеха в учёбе;
- знание основных моральных норм поведения.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе;
- представления о гражданской идентичности в форме осознания «Я» как гражданина России;
- первичных умений оценки работ, ответов одноклассников на основе заданных критериев успешности учебной деятельности.

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- понимать выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале;
- принимать и сохранять учебную задачу, соответствующую этапу обучения;

- первоначальному умению выполнять учебные действия в устной, письменной речи, в уме;
- оценивать совместно с учителем или одноклассниками результат своих действий, вносить соответствующие коррективы.

Обучающийся получит возможность научиться:

- в сотрудничестве с учителем, классом находить несколько вариантов решения учебной задачи;
- осуществлять пошаговый контроль по результату под руководством учителя;
- адекватно воспринимать оценку своей работы учителями, товарищами.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск необходимой информации в учебнике и учебных пособиях;
- понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме;
- проводить сравнение, сериацию и классификацию изученных объектов по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений.

Обучающийся получит возможность научиться:

- ориентироваться на возможное разнообразие способов решения учебной задачи;
- умению смыслового восприятия познавательного текста;
- проводить аналогии между изучаемым материалом и собственным опытом.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- принимать участие в работе парами и группами;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения;  договариваться и приходить к общему решению;
- использовать в общении правила вежливости.

Обучающийся получит возможность научиться:

- принимать другое мнение и позицию;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- задавать вопросы;

- строить понятные для партнёра высказывания;
- адекватно использовать средства устного общения для решения коммуникативных задач.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности**

### **5 класс**

#### **1. Опасные ситуации природного характера.**

Погода и её основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололёд, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений. Водоёмы в черте города. Состояние водоёмов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

#### **2. Опасные ситуации техногенного характера.**

«Основные правила пожарной безопасности». Пожар в жилище и причины 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 бытовыми приборами, бытовым газом, средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

#### **3. Опасные ситуации социального характера.**

«Правила безопасного поведения в школе и дома» Криминальные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминальной ситуации. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминальных 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 опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и зоны повышенной опасности). Умение соблюдать правила безопасности в общественных местах, в толпе, в школе.

#### **4. Дорожно-транспортная безопасность**

Дорога и участники дорожного движения Азбука дорожной безопасности. История колеса и дорог. История появления автомобиля. Краткая характеристика видов современного транспорта. Городская дорога, улица, загородная дорога, автомагистраль. Участники дорожного движения. Правила поведения участников дорожного движения. ПДД. Общие положения. Некоторые термины. Основные правила безопасного поведения при пользовании транспортными средствами. Дорожные знаки. ДТП. Причины их возникновения и возможные последствия.



## **5. Подготовка к активному отдыху на природе**

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 места нахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту.

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

Первая помощь при травмах. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.

## **6 класс**

### **1. Основы комплексной безопасности**

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту. Основные причины возрастания потребности современного человека в общении с природой; особенности поведения человека в природной среде для обеспечения личной безопасности; активный туризм – наиболее эффективный способ общения человека с природой.

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях. Безопасность на водоёмах Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)

Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения.

Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников.

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении

заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

## **2. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни.**

Раскрыть значение питания в жизнедеятельности организма, сформировать представление о гигиене питания, о необходимости правильной обработки пищи, как необходимое условие не только сохранения витаминов и других полезных веществ, но защита организма от паразитических червей, научиться составлять меню с учетом требований рационального питания и правильного распределения кол-ва пищи в течение дня.

## **3. Основы здорового образа жизни**

Раскрыть понятие “здорового образа жизни”, его составляющих, раскрыть значение культуры здорового образа жизни для сохранения твоего здоровья и здоровья окружающих людей, опасность вредных привычек для твоего организма и организма близких тебе людей.

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

## **4. Основы медицинских знаний**

Формировать представление о травмах, значении принципов оказания первой медицинской помощи, постепенности и систематичности в закалывающих процедурах, познакомиться закалывающими факторами и результатами их воздействия на организм и здоровья человека.

Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.

**7класс**

## **1. Основы комплексной безопасности**

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Город как среда обитания.

Безопасность в повседневной жизни. Поведение в бытовых ситуациях.

Правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами.

Погодные условия и безопасность человека.

Безопасность на водоёмах.

Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации.

Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.

Антиобщественное поведение и его опасность.

Обеспечение личной безопасности дома.

Обеспечение личной безопасности на улице.

Элементарные способы самозащиты.

Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие террористической деятельности.

Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения на национальную безопасность России.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны.

МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

## **2. Пожарная безопасность**

Пять правил пожарной безопасности. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Правила обращения с открытым огнем в помещении (газовая плита, свечи, печное отопление).

Что делать, если возникла угроза пожара. Действия при пожаре в квартире. Что нельзя делать, если огонь в коридоре отрезал путь к выходу. Новогодние праздники – время повышенной опасности.

Опасные факторы пожара, воздействующие на человека (открытый огонь, повышенная температура окружающей среды, токсичные продукты горения, падающие строительные конструкции).

Противопожарный режим в школе. Как обеспечивается противопожарный режим в школе. Где расположены указатели безопасного выхода при эвакуации. Ответственность учителей и детей за соблюдение ППБ во время проведения мероприятий массовым участием школьников.

## **3. Основы здорового образа жизни**

Основы здорового образа жизни Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровье - условие благополучия человека.

Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность.

О здоровом образе жизни. Двигательная активность и закаливание организма – элементы здорового образа жизни.

Рациональное питание. Гигиена питания.

Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье.

Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.

## **4. Основы медицинских знаний**

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Первая помощь при различных видах повреждений. Первая помощь при неотложных состояниях.

Активный отдых на природе и безопасность.

Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе. Коллективные и индивидуальные средства защиты.

## 8 класс

### 1. Основы комплексной безопасности

Пожарная безопасность

Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия.

Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения.

Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности.

Обеспечение личной безопасности при пожарах.

Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей.

Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров.

Велосипедист – водитель транспортного средства.

Безопасность на водоёмах

Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях.

Безопасный отдых на водоёмах.

Оказание помощи терпящим бедствие на воде.

Экология и безопасность

Загрязнение окружающей среды и здоровье человека.

Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия

Классификация ЧС техногенного характера.

Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия.

Аварии на химически опасных объектах и их последствия.

Пожары и взрывы на взрывоопасных объектах экономики и их возможные последствия.

Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.

### 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций Обеспечение радиационной безопасности населения.

Обеспечение химической защиты населения.

Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывоопасных объектах.

Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Эвакуация населения.

Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера.

### 3. Основы здорового образа жизни

Здоровье как основная ценность человека.

Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность.

Репродуктивное здоровье – составляющая здоровья человека и общества.  
Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.  
Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний.  
Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.  
Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности.

#### **4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Первая помощь при неотложных состояниях Первая помощь пострадавшим и её значение.  
Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами (практическое занятие).  
Первая помощь при травмах (практическое занятие).  
Первая помощь при утоплении (практическое занятие).

### **9 класс**

#### **1. Основы комплексной безопасности**

Значение формирования общей культуры населения в области безопасности. Значение формирования общей культуры населения в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения национальной безопасности России.  
Ответственность за нарушение ПДД.  
История автотранспорта и принимаемые меры по обеспечению безопасности дорожного движения.  
Правила дорожного движения и история их создания.  
Перевозка грузов.  
Предупредительные сигналы водителей.  
Движение в темное время суток.  
Влияние погодных условий на безопасность дорожного движения.  
Международный терроризм - угроза национальной безопасности России.  
Виды террористических акций, их цели и способы осуществления.  
Основные нормативно – правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму, наркотизму.  
Организационные основы противодействия терроризму и наркотизму в РФ.  
Правила поведения при угрозе террористического акта.

#### **2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций ЧС**

природного характера и техногенного характера, их причины и последствия.  
Единая система предупреждения и ликвидации ЧС.  
МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС.  
Мониторинг и прогнозирование ЧС.  
Инженерная защита населения и территорий от ЧС.

Оповещение населения о ЧС. Эвакуация населения.

Аварийно – спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения

### **3. Основы здорового образа жизни**

Основы ЗОЖ. Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность.

Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России.

Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИД.

Семья и здоровый образ жизни человека.

Формирование современного уровня культуры населения в области жизнедеятельности.

Психологическое здоровье обучающихся (профилактика экзаменационного стресса).

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Способы оценки состояния своего здоровья.

Роль здорового образа жизни в формировании у человека общей культуры в области безопасности жизнедеятельности.

### **4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи.

Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами.

Первая медицинская помощь при отравлении газами.

Первая помощь при массовых поражениях. Итоговое занятие.

## **3. Тематическое планирование**

**5 класс**

**Количество часов по рабочей программе 35.**

<b>№</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Опасные ситуации природного характера	2
2	Опасные ситуации техногенного характера	3
3	Опасные ситуации социального характера.	6
4	Дорожно-транспортная безопасность	4
5	Подготовка к активному отдыху на природе	11
6	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	9
	<b>Всего за год:</b>	<b>35</b>

**6 класс**

**Количество часов по рабочей программе 35.**

<b>№</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Основы комплексной безопасности	19
2	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни	4
3	Основы здорового образа жизни	7
4	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	5
<b>Всего за год:</b>		<b>35</b>

**7 класс**

**Количество часов по рабочей программе 35.**

<b>№</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Основы комплексной безопасности	17
2	Пожарная безопасность	5
3	Основы здорового образа жизни	8
4	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	5
<b>Всего за год:</b>		<b>35</b>

**8 класс**

**Количество часов по рабочей программе 35.**

<b>№</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Основы комплексной безопасности.	16
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.	7
3	Основы здорового образа жизни.	7
4	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	5
<b>Всего за год:</b>		<b>35</b>

9 класс

Количество часов по рабочей программе 34.

№	Тема раздела	Кол-во часов
1	Основы комплексной безопасности.	13
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.	7
3	Основы здорового образа жизни.	9
4	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	5
	<b>Всего за год:</b>	<b>34</b>



**Календарно-тематическое планирование по курсу  
«Моя безопасность» 5 класс (35 часов)**

№	д а т а		Кол-во часов	Тема
	план	корр.		
<b>Опасные ситуации природного характера 2 ч</b>				
1				Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.
2				Город как среда обитания. Особенности природных условий в городе.
<b>2. Опасные ситуации техногенного характера 3 ч</b>				
3				Пожарная безопасность
4				Безопасное поведение в бытовых ситуациях.
5				Погодные условия и безопасность человека
<b>3. Опасные ситуации социального характера 6 ч</b>				
6				Взаимоотношения людей, проживающих в городе (поселке), и безопасность
7				Безопасность в повседневной жизни.
8				Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их появления.
9				Виды экстремистской и террористической деятельности.
10				Виды террористических актов и их последствия.
11				Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности
<b>4. Дорожно-транспортная безопасность 4 ч</b>				
12				Дорожное движение, безопасность участников движения.
13				Пешеход. Безопасность пешехода.
14				Пассажир. Безопасность пассажира
15				Городская дорога, улица, загородная дорога, автомагистраль.
<b>5. Подготовка к активному отдыху на природе 11 ч</b>				

16				Безопасность на водоемах
17				Чрезвычайные ситуации природного характера.
18				Чрезвычайные ситуации техногенного характера.
19				Обеспечение личной безопасности дома.
20				Обеспечение личной безопасности на улице.
21				О здоровом образе жизни.
22				Двигательная активность и закаливание организма- необходимые условия укрепления здоровья.
23				Рациональное питание. Гигиена питания.
24				Вредные привычки и их влияние на здоровье.
25				Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.
26				Основные составляющие здорового образа жизни.
<b>6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи 9 ч</b>				
27				Первая помощь при различных видах повреждений.
28				Оказание первой помощи в природных условиях
29				Оказание первой помощи при ушибах и ссадинах.
30				Оказание первой помощи при ушибах и ссадинах. (практические занятия)
31				Первая помощь при отравлении никотином. (практические занятия)
32				Первая помощь при отравлении угарным газом.
33				Первая помощь при отравлении угарным газом. (практические занятия)
34				Первая помощь при носовом кровотечении (практические занятия)
35				Заключительное занятие

**Календарно-тематическое планирование по курсу  
«Моя безопасность» 6 класс (35 часов)**

№	дата		Кол-во часов	Тема
	план	корр.		
<b>1. Основы комплексной безопасности 19 ч</b>				
1				Ориентирование на местности
2				Определение своего места нахождения и направления движения на местности
3				Подготовка к выходу на природу
4				Определение места для бивака и организация бивачных работ
5				Определение необходимого снаряжения для похода
6				Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе
7				Подготовка и проведение пеших походов
8				Подготовка и проведение лыжных походов
9				Водные походы и обеспечение безопасности на воде
10				Велосипедные походы и безопасность туристов
11				Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме
12				Акклиматизация человека в различных климатических условиях
13				Акклиматизация человека в горной местности
14				Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта
15				Обеспечение личной безопасности на водном транспорте
16				Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте
17				Автономное существование человека в природе
18				Добровольная автономия человека в природной среде

19				Вынужденная автономия человека в природной среде
<b>2. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни 4 ч</b>				
20				Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании
21				Опасные погодные явления
22				Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях
23				Укусы насекомых и защита от них
<b>3. Основы здорового образа жизни 7 ч</b>				
24				Понятие “здоровый образ жизни”
25				Клещевой энцефалит и его профилактика
26				Здоровый образ жизни и профилактика утомления
27				Компьютер и его влияние на здоровье
28				Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека
29				Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека
30				Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека
<b>4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи 5 ч</b>				
31				Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях
32				Оказание первой помощи при травмах
33				Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге
34				Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых
35				Заключительное занятие. Проверочная работа.

**Календарно-тематическое планирование по курсу  
«Моя безопасность» 7 класс (35 часов)**

№	да га		Кол-во часов	Тема
	план	корр.		
<b>1. Основы комплексной безопасности 17 ч</b>				
1				Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. Город как среда обитания.
2				Безопасность в повседневной жизни. Поведение в бытовых ситуациях.
3				Правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами.
4				Погодные условия и безопасность человека.
5				Безопасность на водоёмах.
6				Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного характера.
7				Чрезвычайные ситуации природного характера.
8				Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации.
9				Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.
10				Антиобщественное поведение и его опасность.
11				Обеспечение личной безопасности дома.
12				Обеспечение личной безопасности на улице.
13				Элементарные способы самозащиты.
14				Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие террористической деятельности.
15				Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения на национальную безопасность России.

16				Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны.
17				МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от

				чрезвычайных ситуаций.
--	--	--	--	------------------------

## 2. Пожарная безопасность 5ч

18				Пять правил пожарной безопасности. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Правила обращения с открытым огнем в помещении (газовая плита, свечи, печное отопление).
19				Что делать, если возникла угроза пожара. Действия при пожаре в квартире. Что нельзя делать, если огонь в коридоре отрезал путь к выходу.
20				Праздники – время повышенной пожарной опасности.
21				Опасные факторы пожара, воздействующие на человека (открытый огонь, повышенная температура окружающей среды, токсичные продукты горения, падающие строительные конструкции).
22				Противопожарный режим в школе. Как обеспечивается противопожарный режим в школе. Где расположены указатели безопасного выхода при эвакуации. Ответственность учителей и детей за соблюдение ППБ во время проведения мероприятий массовым участием школьников.

## 3. Основы здорового образа жизни 8 ч

23				Основы здорового образа жизни Здоровый образ жизни и его составляющие.
24				Здоровье - условие благополучия человека.
25				Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность.
26				О здоровом образе жизни. Двигательная активность и закаливание организма – элементы здорового образа жизни
27				Рациональное питание. Гигиена питания.
28				Факторы, разрушающие здоровье.
29				Вредные привычки и их влияние на здоровье.

30				Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.
<b>4. Основы медицинских знаний 5 ч</b>				
31				Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.
32				Первая помощь при различных видах повреждений. Первая помощь при неотложных состояниях.
33				Активный отдых на природе и безопасность. Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.
34				Коллективные и индивидуальные средства защиты.
35				Заключительное занятие. Проверочная работа

**Календарно-тематическое планирование по курсу  
«Моя безопасность» 8 класс (35 часов)**

№	дата		Кол-во часов	Тема
	план	корр.		
<b>1. Основы комплексной безопасности 16 ч</b>				
1				Первичный инструктаж. Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия.
2				Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения.
3				Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах.
4				Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей.
5				Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров.
6				Велосипедист – водитель транспортного средства.
7				Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях.
8				Безопасный отдых на водоёмах.
9				Оказание помощи терпящим бедствие на воде.
10				Загрязнение окружающей среды и здоровье человека. ПДК вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.
11				Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.
12				Классификация ЧС техногенного характера.
13				Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия.



14				Аварии на химически опасных объектах и их последствия.
15				Пожары и взрывы на взрывоопасных объектах экономики и их возможные последствия.
16				Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.
<b>2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций 7 ч</b>				
17				Обеспечение радиационной безопасности населения.
18				Правила пользования СИЗ.
19				Обеспечение химической защиты населения.
20				Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывоопасных объектах.
21				Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях.
22				Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Эвакуация населения.
23				Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера.
<b>3. Основы здорового образа жизни 7 ч</b>				
24				Здоровье как основная ценность человека.
25				Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность.
26				Репродуктивное здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.
27				Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний.
28				Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.
29				Вредные привычки и их факторы.
30				Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности.
<b>4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи 5 ч</b>				
31				Первая помощь пострадавшим и её значение. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.
32				Первая помощь при отравлениях аварийно - химически опасными веществами.
33				Первая помощь при травмах (практическое занятие).

34				Первая помощь при утоплении.
35				Итоговое занятие

**Календарно-тематическое планирование по курсу  
«Моя безопасность» 9 класс (34 часа)**

№	да та		Кол-во часов	Тема
	план	корр.		
<b>1. Основы комплексной безопасности 13 ч</b>				
1			1	Значение формирования общей культуры населения в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения национальной безопасности России.
2			1	Ответственность за нарушение ПДД
3			1	История автотранспорта и предпринимаемые меры по обеспечению безопасности дорожного движения
4			1	Правила дорожного движения и история их создания
5			1	Перевозка грузов. Предупредительные сигналы водителей
6			1	Движение в темное время суток
7			1	Влияние погодных условий на безопасность дорожного движения
8			1	Международный терроризм - угроза национальной безопасности России
9			1	Виды террористических акций, их цели и способы осуществления.
10			1	Основные нормативно – правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму, наркотизму

12			1	Правила поведения при угрозе террористического акта
13			1	Меры пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожарах
14			1	Правила безопасного поведения при пожаре в общественных местах
<b>2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций 7 ч</b>				
15			1	ЧС природного характера, их причины и последствия
16			1	ЧС техногенного характера, их причины и последствия
17			1	Единая система предупреждения и ликвидации ЧС
18			1	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС
19			1	Мониторинг и прогнозирование ЧС. Инженерная защита населения и территорий от ЧС
20			1	Оповещение населения о ЧС. Эвакуация населения
21			1	Аварийно – спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения
<b>3. Основы здорового образа жизни 9 ч</b>				
22			1	Основы ЗОЖ
23			1	Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность
24			1	Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России.
25			1	Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИД
26			1	Семья и здоровый образ жизни человека
27			1	Формирование современного уровня культуры населения в области жизнедеятельности
28			1	Психологическое здоровье обучающихся (профилактика экзаменационного стресса).
29			1	Здоровый образ жизни и его составляющие. Способы оценки состояния своего здоровья.
30			1	Роль здорового образа жизни в формировании у человека общей культуры в области безопасности жизнедеятельности.
<b>4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи 5 ч</b>				
31			1	Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи.

32			1	Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами
33			1	Первая медицинская помощь при отравлении газами
34			1	Первая помощь при массовых поражениях
35			1	Итоговое занятие

Список используемых источников:

- 1.Смирнов А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 класс поурочные разработки/А.Т Смирнов, Б.О.Хренников, под ред. А. Т. Смирнова.- М: Просвещение, 2008.
- 2.ОБЖ, 5-8 кл. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-сост. Г.П.Попова. Волгоград: Учитель, 2005
- 3.ОБЖ тесты: 8 класс к учебнику И. К. Топорова ОБЖ 7-8 класс /С.С.Соловьев М.: Изд-во «Экзамен», 2006 г.

Интернет ресурсы:

- 1.ОБЖ. 5 – 11 классы. Электронная библиотека наглядных пособий / Министерство образования Российской Федерации, 2003 // ООО «Кирилл и Мефодий», 2003.