

## Образовательная программа по «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

для 1-11 классов уровня общего среднего образования по обновленному содержанию

Учебная программа обновленного содержания образования претерпела изменения и отличается от учебной программы 1998 года. Материалы разделов программы обновленного содержания образования представлены так, чтобы дать учащимся как можно больше самостоятельности в исследовательской и поисковой работе, проведении различных экспериментов и выражения своих творческих идей. Одной из особенностей обновленной программы является самостоятельная подготовка презентации своих работ после каждого раздела. Все виды самостоятельной деятельности ученика направлены на развитие функциональной грамотности, чтобы он мог применять полученные знания, умения и навыки в повседневной жизни. При выполнении практической работы в каждом разделе, данный вид деятельности дан как примерный. Учитель вправе, исходя из имеющихся материалов, инструментов и оборудования, предложить учащимся на основе выполнения примерного изделия разработать аналогичное.

Первый раздел «Безопасность и защита в чрезвычайных ситуациях» заменен на раздел «Безопасность и защита человека» и он предусмотрен в каждом разделе обновленного содержания при изучении новой темы и проведении практических работ.

Второй раздел «Основы медицинских знаний и охраны здоровья детей» заменен на разделы «Основы здоровья и здорового образа жизни» в 1-4 классах и «Основы медицинских знаний». С 5-го класса включены такие разделы, как «Опасности природного характера», «Опасности техногенного характера», «Экстремальная ситуация и безопасность», «Гражданская защита».

### Глава 1. Общие положения

Содержание учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 1-4 классах реализуется в рамках учебного курса «Познание мира»:

- в 1-3 классах с годовой учебной нагрузкой 6 часов, в 4 классе – 10 часов, учителями начальных классов;
- в 5-9 классах реализуется в рамках учебного курса «Физическая культура» с годовой учебной нагрузкой 15 часов учителями физической культуры;
- в 10-11 класса реализуется в рамках учебного курса НВТП.

### Глава 2. Организация содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 1-4 классы

#### ПРИМЕРНЫЙ РАСЧЕТ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ ПО РАЗДЕЛАМ

Наименование раздела	Количество часов по классам				Общее кол-во часов
	I	II	III	IV	
1. Безопасность и защита человека	4	4	4	6	18
2. Основы здоровья и здорового образа жизни	2	2	2	2	8
3. Основы медицинских знаний				2	2
Всего	6	6	6	10	28

## 1 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1 КЛАСС</b>	
<b>1. Безопасность и защита человека</b>	<b>4</b>
1.1 Что значит «моя безопасность»?	1
1.2 Внимание дорога! Транспорт и правила поведения в нем	1
1.3 Один дома. Правила поведения при возникновении пожара. Навыки осторожного обращения с огнем	1
1.4 Опасности в школе и на улице	1
<b>2. Основы здоровья и здорового образа жизни</b>	<b>2</b>
2.1 Что такое здоровье? Как беречь здоровье.	1
2.2 Факторы, влияющие на здоровье. Правила личной гигиены	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>6</b>

## 2 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Безопасность и защита человека</b>	<b>4</b>
1.1 Пассажиры и пешеходы. Правила дорожного движения	1
1.2 Я-велосипедист. Профилактика травматизма при катании на роликах, скейтборде	1
1.3 Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад. Безопасность при отдыхе на природе	1
1.4 Правила безопасного поведения на водоемах	1
<b>2. Основы здоровья и здорового образа жизни</b>	<b>2</b>
2.1 Болезни, их причины, связь с образом жизни	1
2.2 Чистый воздух, его значение для здоровья человека	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>6</b>

## 3 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Безопасность и защита человека</b>	<b>4</b>
1.1 Дорога и ее элементы. Виды транспортных средств	1
1.2 Опасности современного жилища. Навыки безопасного поведения при пожаре	1
1.3 Правила экстренной эвакуации из помещения, транспорта.	1
1.4 Особенности поведения с незнакомыми людьми	1
<b>2. Основы здоровья и здорового образа жизни</b>	<b>2</b>
2.1 Формирование основ здорового образа жизни. Предупреждение вредных привычек	1
2.2 Режим дня	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>6</b>

## 4 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Безопасность и защита человека</b>	<b>6</b>
1.1 Дорога – зона повышенной опасности	1
1.2 Система правил поведения на транспорте	1
1.3 Пожар в жилище	1
1.4 Защита квартир от воров и грабителей	1
1.5 Безопасность человека в природной среде	1
1.6 Основы ориентирования по признакам местных предметов и компасу	1
<b>2. Основы здоровья и здорового образа жизни</b>	<b>2</b>
2.1 Здоровое питание	1
2.1 Основы профилактики инфекционных заболеваний	1
<b>3. Основы медицинских знаний</b>	<b>2</b>
3.1 Понятие различных видов травм	1
3.2 Первая медицинская помощь при травмах	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>10</b>

## 5 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Безопасность и защита человека</b>	<b>5</b>
1.1 Использование систем водо-газо-электроснабжения с жилище	1
1.2 Характеристика и классификация пожаров в быту	1
1.3 Обеспечение личной безопасности на улице	1
1.4 Экстремизм и терроризм: основные понятия	1
1.5 Антиобщественное поведение. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение	1
<b>2. Опасности природного характера</b>	<b>3</b>
2.1 Мы и природа	1
2.2 Стихийные бедствия и возможные последствия для человека	1
2.3 Смена климатогеографических условий	1
<b>3. Опасности техногенного характера</b>	<b>2</b>
3.1 Химическое загрязнение и его последствие	1
3.2 Опасности объектов ядерной энергетики	1
<b>4. Основы здорового образа жизни</b>	<b>3</b>
4.1 Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	1
4.2 Двигательная активность- залог здоровья	1
4.3 Гигиена питания	1
<b>5. Основы медицинских знаний</b>	<b>2</b>
5.1 Первая медицинская помощь при ушибах и ссадинах при отравлениях лекарственными препаратами и средствами бытовой химии	1
5.2 Понятие о повязке и перевязке. Отработка навыков по наложению различных повязок	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>15</b>

## 6 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Экстремальная ситуация и безопасность</b>	<b>6</b>
1.1 Способы ориентирования и определения времени	1
1.2 Виды костров и основные способы их разведения	1
1.3 Оборудование укрытий от непогоды	1
1.4 Поиск воды и пищи	1
1.5 Сигналы бедствия	1
1.6 Носимый аварийный запас, правила укомплектования и использования	1
<b>2. Опасности природного характера</b>	<b>4</b>
2.1 Природные факторы, оказывающие влияние на здоровье человека	1
2.2 Ядовитые растения и грибы	1
2.3 Ядовитые змеи и насекомые	1
2.4 Правила безопасного поведения при встрече с дикими животными	1
<b>3. Основы здоровья и здорового образа жизни</b>	<b>3</b>
3.1 Влияние загрязнения воздуха и воды на здоровье человека	1
3.2 Профилактика употребления психоактивных веществ и наркотиков	1
3.3 Влияние компьютера на здоровье человека	1
<b>4. Основы медицинских знаний</b>	<b>2</b>
4.1 Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе	1
4.2 Первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей и насекомых. Наиболее типичные травмы в походе, их профилактика и оказание первой медицинской помощи	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>15</b>

## 7 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Опасности природного характера</b>	<b>8</b>
1.1 Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения	1
1.2 Землетрясения. Причины возникновения и возможные последствия	1
1.3 Наводнения. Способы эвакуации из затопленных территорий	1
1.4 Лесные и степные пожары, их последствия. Способы локализации и тушения	1
1.5 Снежные заносы, бураны и лавины	1
1.6 Смерчи, ураганы и бури	1
1.7 Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера	1
1.8 Действия учащихся при стихийных бедствиях, наиболее вероятных для данного региона	1
<b>2. Окружающая среда и здоровье человека</b>	<b>3</b>
2.1 Загрязнение окружающей среды и возможные нарушения здоровья человека	1
2.2 Изменение климата и его влияние на здоровье человека	1
2.3 Бытовые отходы городов и их утилизация	1
<b>3. Основы здоровья и здорового образа жизни</b>	<b>3</b>
3.1 Формирование личности подростка при взаимоотношении со взрослыми	1
3.2 Стресс и его влияние на подростка	1
3.3 Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних	1
<b>4. Основы медицинских знаний</b>	<b>1</b>
4.1 Первая медицинская помощь при ушибах и переломах, при кровотечении. Первая медицинская помощь при утоплении	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>15</b>

## 8 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Опасности техногенного характера</b>	<b>8</b>
1.1 Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация по типам и видам их возникновения	1
1.2 Пожары и взрывы	1
1.3 Производственные аварии с выбросом опасных химических веществ	1
1.4 Правила поведения и защитные меры при авариях на химически опасных объектах	1
1.5 Производственные аварии с выбросом радиоактивных веществ	1
1.6 Защита населения при радиоактивных авариях	1
1.7 Гидродинамические аварии	1
1.8 Нарушение экологического равновесия	1
<b>2. Безопасность и защита человека</b>	<b>3</b>
2.1 Правила поведения в криминогенной ситуации	1
2.2 Явление экстремизма в молодежной среде: фанаты, спортивные болельщики	1
2.3 Техническое и медицинское обеспечение безопасности личности в городе	1
<b>3. Основы здоровья и здорового образа жизни</b>	<b>3</b>
3.1 Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность	1
3.2 Влияние шумов на здоровье человека	1
3.3 Одежда и обувь – удобно и безопасно	1
<b>4. Основы медицинских знаний</b>	<b>1</b>
4.1 Виды травматизма. Причины зимнего травматизма. Опасность раневой инфекции. Первая медицинская помощь при ожогах. Способы остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>15</b>

## 9 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Безопасность и защита человека</b>	<b>6</b>
1.1 Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности	1
1.2 Система борьбы с терроризмом и религиозным экстремизмом	1
1.3 Правила поведения при угрозе террористического акта	1
1.4 Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Психологические приемы самозащиты	1
1.5 Основные виды мошенничества. Правила защиты от мошенников.	1
1.6 Психологическая картина толпы. Правила безопасного поведения в толпе.	1
<b>2. Экстремальная ситуация и безопасность</b>	<b>6</b>
2.1 Общие понятия об экстремальных ситуациях	1
2.2 Зависимость экстремальных ситуаций от профессии человека	1
2.3 Подготовка к выживанию в экстремальных ситуациях	1
2.4 Автономное существование человека в природе	1
2.5 Экстремальные ситуации аварийного характера в жилище	1
2.6 Экстремальные ситуации аварийного характера на транспорте Экипировка горожанина для обеспечения безопасности	1
<b>3. Основы здоровья и здорового образа жизни</b>	<b>2</b>
3.1 Здоровый образ жизни и его составляющие. Семья и здоровый образ жизни	1
3.2 ВИЧ-инфекция и СПИД. Профилактика наркомании	1
<b>4. Основы медицинских знаний</b>	<b>1</b>
4.1 подручные средства для оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при массовых поражениях. Первая медицинская помощь при передозировке в приеме психоактивных веществ	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>15</b>

## 10 класс

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Безопасность и защита человека</b>	<b>6</b>
1. Гражданская защита объекта хозяйствования	1
2. Ядерное оружие и его характеристика	1
3. Химическое оружие.	1
4. Биологическое (бактериологическое)	1
5. Средства защиты органов дыхания.	1
6. Индивидуальные средства защиты кожи.(.	1
7. Средства коллективной защиты	1
8. Эвакуация и рассредоточение населения	1
9. Безопасность населения в условиях террористической угрозы	1
10. Действия населения в районах стихийных бедствий	1
11. Первая медицинская помощь при ранениях, кровотечениях и ожогах	1
12. Первая помощь при различных несчастных случаях.	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>12</b>

## 11 класс

наименование раздела и темы	количество часов
<b>1. Безопасность и защита человека</b>	<b>6</b>
1 Основы безопасности и классификация опасностей	1
2 Окружающая среда и безопасность человека	1
3 Окружающая среда и безопасность человека	1
4 Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях	1
5 Опасности техногенного характера.	1
6 Опасности техногенного характера.	1
7. Экологическая безопасность	1



8 Автономное существование в природных условиях	1
9 Автономное существование в природных условиях	1
10. Автономное существование человека в природе	1
11 Основы безопасного поведения в криминогенных ситуациях	1
12 Основы безопасного поведения в криминогенных ситуациях	1
13 Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	1
14 Основы кибербезопасности в информационном пространстве	1
15 Первая помощь при массовых поражениях	1
16 Первая помощь пострадавшим при дорожно-транспортном происшествии	1
<b>ВСЕГО</b>	<b>16</b>