**Содержание учебной программы для 5-11 классов.**

**Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.**

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Пожарная безопасность

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

1.2 Безопасность на дорогах.

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 и водителя мопеда.

1.3 Безопасность в быту.

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.

1.4. Безопасность на водоемах.

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

1.5. Экология и безопасность.

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

1.6. Опасные ситуации социального характера.

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте.

Тема 2. Обеспечение безопасности при активном отдыхе не природе.

2.1. Подготовка к активному отдыху на природе.

Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

2.2. Активный отдых на природе и безопасность.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.

2.3. Дальний( внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Факторы оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных природных условиях. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.

2.4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

Автономное существование человека в природных условиях. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

2.5. Опасные ситуации в природных условиях.

Опасные погодные условия. Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Тема 3. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.

3.1. Наиболее опасные террористические акты.

Взрывы в местах массового скопления людей. Захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств и удержание в них заложников.

3.2. Правила поведения при возможной опасности взрыва.

Признаки, по которым можно судить о возникновении опасности взрыва. Правила безопасного поведения, если взрыв произошел, если вас завалило обломками стены.

3.3. Обеспечение безопасности в случае захвата в заложники или похищения.

Правила поведения в случае захвата в заложники. Правила поведения при нападении с целью похищения. Обеспечение безопасности при захвате самолета. Правила поведения при перестрелке.

Тема 4. Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

4.1. Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения ( землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины).

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения ( ураганы, бури, смерчи).

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами).

Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии, эпифитотии).

Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

4.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Потенциально опасные объекты.

Аварии на радиационно опасных, химически опасных, взрывопожароопасных объектах, на гидротехнических сооружениях, их причины и возможные последствия.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, рекомендации населении. По безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

4.3 Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

Военные угрозы национальной безопасности России. Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России.

Международный терроризм – угроза национальной безопасности России. Наркотизм и национальная безопасность России.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций социального характера. Правила личной безопасности в чрезвычайных ситуациях социального характера.

Тема 5. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций .

5.1. Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуация.

Положение Конституции российской Федерации и федеральных законно в области безопасности, определяющие защищенность жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз. Права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности.

5.2. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) , ее задачи.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности страны, ее задачи и предназначения.

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России) – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций . Роль МЧС России в формировании современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны.

5.3. Основные мероприятия , проводимые в Российской Федерации по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

Мониторинг и прогнозирований чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения . Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

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

Раздел III. Основы здорового образа жизни.

Тема 7. Здоровый образ жизни и его составляющие

7.1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.

Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивные здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Социально-демографические процессы в России и безопасность государства. Особенности физического и психического развития человека; развитие и укрепление чувства зрелости, развитие волевых качеств. Социальное развитие человека и его взаимоотношения с окружающими людьми. Формирование личности человека, значение и роль его взаимоотношений со взрослыми, родителями, сверстникам и. Взаимоотношение человека и общества. Ответственность несовершеннолетних.

7.2. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня и его значение для здоровья. Профилактика переутомления. Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека. Роль здорового образа жизни в формировании у обучаемых современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности .

Тема 8. Факторы, разрушающие здоровье.

8.1. Вредные привычки и их влияние на здоровье.

Основные вредные привычки. Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Употребление алкоголя и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Наркомания и ее отрицательные последствия для здоровья человека. Профилактика вредных привычек.

. Раздел VI. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Тема 10. Основы медицинских знаний.

10.1 Основы медицинских знаний.

Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека.

Основные правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений.

Средства оказания первой медицинской помощи. Медицинская (домашняя) аптечка.

Природные лекарственные средства. Перевязочные материалы, дезинфицирующие средства.

Основные неинфекционные заболевания, их причины, связь с образом жизни, профилактика неинфекционных заболеваний.

Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики.

Тема 11. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

11.1 Правила оказания первой медицинской помощи.

Первая медицинская помощь при отравлении.

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки. Правила и способы транспортировки пострадавшего.

Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения.

Оказание первой медицинской помощи при утоплении. Способы проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении.

Тема 12. Первая медицинская помощь при массовых поражениях

12.1. Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой медицинской помощи при массовых поражениях Основные причины возникновения массового поражения людей природного, техногенного и социального характера.

Основные мероприятия, проводимые в местах массового поражения людей (извлечение пострадавшего из-под завала; введение

обезболивающих средств; освобождение верхних дыхательных путей и др.).

**Модуль III (M-III). Обеспечение военной безопасности государства**

Раздел V. Основы обороны государства.

Раздел VI. Основы военной службы.

**4. Требования к уровню подготовки учащихся 9 классов**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 5—9 классах ученик должен знать:

• потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;

• основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;

• систему взглядов, принятых в Российской Федерации, по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;

• наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;

• основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;

• законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по организации борьбы с терроризмом;

• правила поведения при угрозе террористического акта;

• государственную политику противодействия наркотизму;

• основные меры по профилактике наркомании.

Ученик должен уметь:

• предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;

• принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;

• действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;

• пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

– обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

— подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных;

— оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

— выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

**Пояснительная записка к учебной программе для 10-11 классов**

Программа для 10- 11-х классов предназначена для углубленного изучения тем в области безопасности жизнедеятельности учащимися с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Данная программа реализует положения государственного образовательного стандарта второго поколения.

Изучение «Основ безопасности жизнедеятельности» в10- 11-х классах предусмотрено Федеральным базисным учебным планом для общеобразовательных учреждений Российской Федерации на базовом уровне

Данная учебная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения и навыки:

♦ умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную

деятельность в области безопасности жизнедеятельности;

♦ умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);

♦ умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта; вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;

♦ умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;

♦ навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;

♦ навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;

♦ ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;

♦ ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и направления продолжения своего образования.

**Требования к уровню подготовки выпускников**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности выпускник школы должен знать:

♦ основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;

♦ организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и организационные основы борьбы с терроризмом;

♦ основные принципы здорового образа жизни;

♦ правила оказания первой медицинской помощи;

♦ основы обороны государства и военной службы;

♦ боевые традиции Вооруженных сил России, государственные и военные символы Российской Федерации

Выпускники старших классов должны уметь:

♦ предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;

♦ грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;

♦ оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях; выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.).

Приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни будут способствовать обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта или при захвате в заложники; выработке убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни; владению навыками в области гражданской обороны; формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.

|  |  |
| --- | --- |
| РАССМОТРЕНО На заседании ШМО Учителей физической культуры и ОБЖ27 августа 2013г. Протокол № 1Руководитель МО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | СОГЛАСОВАНОЗаместитель директора по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.А. Тыщенко«\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2013 год |