

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №381 Кировского района Санкт-Петербурга

**«Рассмотрено»**

Председатель МО учителей  
«Физическая культура и ОБЖ»  
\_\_\_\_\_ Гупорова М.В.  
Протокол №5  
от «19» августа 2023г.

**«Согласовано»**

Заместитель директора  
по УВР  
\_\_\_\_\_ Е.В. Яковлева  
от «19» мая 2023г.

**«Утверждаю»**

ВРИО директора школы № 381  
Кировского района СПб  
\_\_\_\_\_ С.Ю. Варчева  
Приказ № 97  
от «22» мая 2023г.

Рабочая программа курса  
внеурочной деятельности  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
основное общее образование  
(7 класс)

Составители:

ШМО учителей физической культуры и ОБЖ  
ГБОУ СОШ № 381  
Кировского района Санкт-Петербурга

2023  
Санкт-Петербург

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для основного общего образования составлена в соответствии с основной общеобразовательной программой основного общего образования ГБОУ СОШ №381 Кировского района Санкт-Петербурга.

### **Актуальность изучения предмета внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Актуальность проблемы безопасной жизнедеятельности человека с каждым годом становится все более очевидной. Одним из приоритетных направлений курса является воспитание «личности безопасного типа», хорошо знакомой с различными видами экстремальных и чрезвычайных ситуаций. Изучение ОБЖ позволяет учащимся получить систематизированное представление об опасностях, о прогнозировании и поведении в чрезвычайных и опасных ситуациях, оценить влияние последствий этих ситуаций на жизнь и здоровье людей и выработать алгоритмы безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Только грамотный человек способен быстро оценить ситуацию, принять единственно правильное решение, отчего зависят не только здоровье, но зачастую и жизнь попавшего в беду человека.

### **Цели и задачи курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Дать учащимся навыки выживания в опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни: на воде; в чрезвычайной ситуации природного характера; по оказанию первой медицинской помощи при травмах; основам здорового образа жизни.

— Ознакомить с необходимыми индивидуальными мерами безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера, с мероприятиями, проводимыми государством по защите населения;

— Ознакомить с опасностями, угрожающими человеку в условиях автономного существования;

— Изучить основы медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи;

— Сформировать представление об основных видах здорового образа жизни.

### **Содержание курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности»**

#### **Основы безопасности личности, общества и государства:**

#### **Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.**

Различные природные явления и причины и их возникновения. Общая характеристика природных явлений. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.

#### **Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия**

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия. Правила безопасного поведения населения при землетрясении. Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Обвалы и снежные лавины.

#### **Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия.**

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Смерчи.

#### **Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия.**

Наводнения. Виды наводнения и их причины. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения. Сели и их характеристика. Цунами и их характеристика.

#### **Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия.**

Лесные и торфяные пожары и их характеристика. Эпидемии. Эпизоотии и эпифитотии.

### **Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.**

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Формирование личности подростка при взаимоотношениях со взрослыми. Формирование личности во взаимоотношениях со сверстниками. Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.**

Общие правила оказания первой медицинской помощи. Оказания первой медицинской помощи при наружном кровотечении. Оказания первой медицинской помощи при ушибах и переломах. Общие правила транспортировки пострадавшего.

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Освоение курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» должно обеспечивать достижение на уровне основного общего образования следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов:

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

#### *Гражданское воспитание:*

сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни;  
уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности;  
сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;  
готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;  
готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения;

#### *Патриотическое воспитание:*

сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, Российской армии и флота;  
ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей;  
сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убеждённость и готовность к служению Отечеству и его защите, ответственность за его судьбу.

#### *Духовно-нравственное воспитание:*

осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства;  
сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;  
способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать рискориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных

условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;  
ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества.

*Эстетическое воспитание:*

эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;  
понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни.

*Физическое воспитание:*

осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;  
знание приёмов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости;  
потребность в регулярном ведении здорового образа жизни;  
осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.

*Трудовое воспитание:*

готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности;  
готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности;  
интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность;  
готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни.

*Экологическое воспитание:*

сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности личности, общества и государства;  
планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования;  
активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их;  
расширение представлений о деятельности экологической направленности.

*Ценности научного познания:*

сформированность мировоззрения соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности;  
понимание научно-практических основ учебного предмета ОБЖ, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;  
способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть опасные, экстремальные и чрезвычайные ситуации, по возможности избегать их, безопасно действовать в таких ситуациях).

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать овладение универсальными учебными действиями.

### **Овладение универсальными познавательными действиями:**

1) базовые логические действия:

самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы безопасности личности, общества и государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать, разрабатывать алгоритмы их возможного решения в различных ситуациях;

устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в области безопасности жизнедеятельности, выявлять их закономерности и противоречия;

определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации рискориентированного поведения;

моделировать объекты (события, явления) в области безопасности личности, общества и государства, анализировать их различные состояния для решения познавательных задач, переносить приобретённые знания в повседневную жизнь;

планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи;

развивать творческое мышление при решении ситуационных задач;

2) базовые исследовательские действия:

владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности;

владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ;

анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учётом установленных (обоснованных) критериев;

раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни;

критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях;

характеризовать приобретённые знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях;

использовать знания из других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь;

3) работа с информацией:

владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности создавать информационные блоки в различных форматах с учётом характера решаемой учебной задачи;

самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;

оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;

владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;

использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

**Овладение универсальными коммуникативными действиями:**

1) общение:

осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь;

распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков; определять

признаки деструктивного общения;

владеть приёмами безопасного межличностного и группового общения, безопасными действиями по избеганию конфликтных ситуаций;

аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств;

2) совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации;

ставить цели и организовывать совместную деятельность с учётом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);

оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям;

осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу.

**Овладение универсальными регулятивными действиями:**

1) самоорганизация:

ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях;

делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за своё решение;

оценивать приобретённый опыт;

расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счёт привлечения научно-практических знаний из других предметных областей; повышать образовательный и культурный уровень;

2) самоконтроль:

оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям;

использовать приёмы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения;

3) принятие себя и других:

принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, невозможность контроля всего вокруг;

принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации; признавать право на

ошибку свою и чужую.

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

— усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

— формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

— усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

— формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях.
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

### **Содержание курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности»**

#### **Правила дорожного движения**

Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Понятие о пешеходах и пассажирах. Правила безопасного движения пешеходов по дорогам. Правила перехода проезжей части пешеходами. Дорога и ее составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки, их характеристика. Сигналы светофора и регулировщика. Правила поведения пассажира

автобуса (троллейбуса, трамвая). Правила поведения пассажира легкового автомобиля.

Правила поведения пассажира мотоцикла.

### **Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.**

Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Общие сведения об опасных природных явлениях и чрезвычайных ситуациях природного характера на территории РФ.

Понятие о землетрясениях, их происхождение и характеристика. Понятие о сейсмических поясах и сейсмически активных районах. Сейсмически активные районы в России. Причины возникновения землетрясений. Типы волновых колебаний. Классификация землетрясений по происхождению. Оценка землетрясений. Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясения. Примерное соотношение между магнитудой землетрясения по шкале Рихтера и интенсивностью землетрясения по шкале Меркали. Последствия землетрясений. Меры по снижению ущерба от землетрясений.

### **Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия**

Понятие об Чрезвычайных ситуациях геологического происхождения, их причинах и последствиях. Понятие о вулканах и их характеристика. Территории в России, подверженные вулканическим извержениям. Причины извержения вулканов. Последствия извержения вулканов. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, вовремя и после извержения.

### **Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия.**

Понятие об оползнях и их происхождении. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Оползнеопасные районы в России. Классификация оползней.

Понятие о селях и их происхождение. Причины образования селей. Селеопасные зоны в России. Классификация селей.

Понятие об обвалах, их происхождение. Причины образования обвалов. Разновидности обвалов (камнепады, обвалы грунта, обрушение ледников) и их характеристика.

Понятие о снежной лавине, их происхождение. Причины образования Снежных лавин. Снежнолавинные зоны в России. Классификация снежных лавин.

### **Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия.**

Понятие об урагане, буре и смерче, их происхождение. Причины их образования. Разновидности ураганов, бурь и смерчей, их характеристика.

Понятие о наводнении и его характеристика. Происхождение наводнений и причины возникновения. Классификация наводнений в зависимости от масштаба, повторяемости и наносимого ущерба. Классификация наводнений в зависимости от причин возникновения и их характеристика.

Понятие о цунами и их характеристика. Происхождение цунами и причины их возникновения. Классификация цунами в зависимости от причин возникновения и интенсивности.

### **Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия.**

Основные и вторичные поражающие факторы лесных и торфяных пожаров. Основные способы тушения лесных пожаров. Предупреждение лесных пожаров. Понятие о пожароопасном сезоне в лесах. Меры по предупреждению пожаров в пожароопасный сезон в лесах.

### **Психологические основы выживания**

Особенности психологических процессов и свойств мышления человека при оценке ситуации, угрожающей здоровью и жизни. Влияние и способы повышения психологической подготовленности человека на поведение в опасных и экстремальных ситуациях. Возникновение страха и паники при стихийном бедствии, их признаки и влияние на психику человека. Рекомендации психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера

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

**медицинская помощь при неотложных состояниях.**

Понятие о повязке и перевязке. Классификация повязок. Средства перевязки (марлевые, эластичные и трубчатые бинты) и их характеристика. Общие правила наложения повязок. Техника наложения повязок на руку и на ногу.

Понятие о повязке и перевязке. Классификация повязок. Средства перевязки (марлевые, эластичные и трубчатые бинты) и их характеристика. Общие правила наложения повязок. Техника наложения повязок на руку и на ногу.

Аптечка первой помощи. Использование природных лекарственных средств.

**Основы здорового образа жизни**

Понятие о режиме. Составляющие режима дня и их характеристика. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Элементы режима труда и отдыха. Трудовая деятельность школьников. Отношения со сверстниками. Изменение организма в подростковом возрасте.

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности»**

№ п/п	Наименование разделов и тем учебного предмета	Количество часов	Программное содержание	Основные виды деятельности учащихся
1	Правила дорожного движения	4	Правила дорожного движения. Движение пешеходов. Обязанности пассажиров. Сигналы светофора и регулировщика. Дорожные знаки и дорожная разметка. Опасные бытовые привычки на дорогах	<p><b>Знать:</b> основные положения Правил дорожного движения.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> обязанности пешехода.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> основные положения Правил дорожного движения.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> правила поведения пассажиров.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности</p>
2	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.	3	Чрезвычайные ситуации природного характера Землетрясения. Очаг. Эпицентр. Причины. Примеры. Ликвидация последствий землетрясений	<p><b>Знать:</b> классификацию ЧС природного явления, организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p><b>Владеть навыками:</b> поведения в чрезвычайных ситуациях по сигналу «Внимание всем!»</p> <p><b>Знать:</b> причины возникновения, классификацию землетрясений, основные характеристики и поражающие факторы землетрясений.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> о последствиях землетрясений, мерах по уменьшению и способах их оценки.</p>

				<p><b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.</p>
3	<p>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия</p>	4	<p>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их виды. Обезвреживание вулканов. Вулканы. Последствия вулканов. Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов</p>	<p><b>Знать:</b> Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, причинах их появлений и последствиях.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их виды.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> причины возникновения и поражающие факторы извержения вулканов.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> правила безопасного поведения при извержении вулканов.</p> <p><b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.</p>
4	<p>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия.</p>	4	<p>Оползни, сели, обвалы, снежные лавины. Правила безопасного поведения при угрозе селей. Последствия селей. Правила безопасного поведения при угрозе обвалов. Последствия обвалов. Правила безопасного поведения при угрозе схода снежных лавин.</p>	<p><b>Знать:</b> причины возникновения оползня.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> причины возникновения селей.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> причины возникновения обвалов.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p><b>Знать:</b> причины возникновения снежных лавин.</p>

			Последствия снежных лавин.	<b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
5	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия.	3	Понятие о безопасном поведении при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. Правила безопасного поведения при Наводнениях. Правила безопасного поведения при Шторме, Цунами. Буре. Урагане.	<b>Знать:</b> причины возникновения ураганов. <b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. <b>Иметь представление</b> о происхождении наводнений и причинах возникновения. <b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. <b>Знать:</b> причины возникновения цунами и их характеристику. <b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.
6	Природные пожары	2	Лесные и торфяные пожары Предупреждение лесных пожаров Понятие о пожароопасном сезоне в лесах. Меры по предупреждению пожаров в пожароопасный сезон в лесах.	<b>Знать:</b> поражающие факторы природных пожаров и способы их тушения. <b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления. <b>Знать:</b> основные мероприятия по предупреждению природных пожаров. <b>Иметь представление:</b> о последствиях лесных и торфяных пожаров.
7	Психологические основы выживания	3	Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях (во время ЧС) Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях (во время стихийных бедствий) Решение ситуационных задач в соответствии со средой обитания	<b>Знать:</b> особенности психологических процессов и свойств мышления человека при оценке ситуации, угрожающей здоровью и жизни. <b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления. <b>Знать:</b> о негативном влиянии внезапного стихийного бедствия на психику человека. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни.

8	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	5	Повязки: общая характеристика. Отработка практических навыков в наложении повязок. Отработка практических навыков в наложении повязки на руку. Отработка практических навыков в наложении повязки на ногу. Основы медицинских знаний и правила оказания ПМП	<p><b>Знать:</b> виды перевязочных материалов и правила наложения повязок на ногу и на руку</p> <p><b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни.</p> <p><b>Знать:</b> состав аптечки первой помощи для похода.</p> <p><b>Иметь представление</b> о лекарственных растениях и их применении.</p>
9	Основы здорового образа жизни	4	Режим учёбы и отдыха подростка Практическое занятие по составлению режима дня Основы репродуктивного здоровья. Дружба и влюблённость	<p><b>Знать:</b> о режиме труда и отдыха как необходимом условии жизни, обеспечивающем укрепление и сохранение здоровья.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности</p> <p><b>Знать:</b> о режиме труда и отдыха как необходимом условии жизни, обеспечивающем укрепление и сохранение здоровья.</p> <p><b>Использовать:</b> полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Иметь представления об изменениях, происходящих в подростковом возрасте.</p>
	Резерв	2		