


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 КГУ «Общеобразовательная школа села Степное
 отдела образования по Шортадинскому району
 управления образования Акмолинской области»
 Б.К. Тынысбекова

Изучение обязательного учебного курса
«Основы безопасности жизнедеятельности»
КГУ «Общеобразовательная школа села Степное
отдела образования по Шортадинскому району
управления образования Акмолинской области»
2023-2024 учебный год

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.

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

Программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 1-4 классов

ПРИМЕРНЫЙ РАСЧЕТ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ ПО РАЗДЕЛАМ

Наименование раздела	Кол-во 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

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Наименование раздела и темы	Количество часов
1. Безопасность и защита человека	4
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
2. Основы здоровья и здорового образа жизни	2
2.1 Что такое здоровье? Как беречь здоровье?	1
2.2 Факторы, влияющие на здоровье. Правила личной гигиены.	1
ВСЕГО	6

Раздел 1. Безопасность и защита человека

Что значит «моя безопасность»?

Опасные и безопасные места. Правила поведения в большом городе, поселке, во дворе, где ты живешь. Осторожно, незнакомец! Телефоны экстренных служб

Дорожные знаки в твоём населённом пункте. Безопасный маршрут в школу и домой. Правила безопасного поведения на улицах и дорогах. Транспорт и правила поведения в нём

Виды транспорта в твоём населённом пункте. Правила поведения на остановках, при посадке и высадке, а также внутри общественного транспорта. Транспорт и правила поведения в нём.

Виды транспорта в твоём населённом пункте. Правила поведения на остановках, при посадке и высадке, а также внутри общественного транспорта.

Один дома

Опасности, которые подстерегают тебя дома (лекарства и бытовая химия, окна, острые, колющие и режущие предметы). Правила безопасного пользования электроприборами, водой. Телевизор, компьютер, как носитель скрытых опасностей.

Правила поведения при возникновении пожара. Навыки осторожного обращения с огнём

Телефоны вызова пожарной охраны. Подручные средства для тушения небольших очагов возгорания. Правила эвакуации из горящего здания. Правила поведения в задымлённом помещении. Меры предосторожности при обращении с огнём.

Опасности в школе и на улице

Как не получить травмы на переменах. Нестандартное спортивное оборудование и правила безопасных занятий. Места для игр и катаний. Маршруты в парки, кинотеатры, стадионы.

Простейшие способы ориентирования в населённом пункте.

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни Что такое здоровье? Как беречь здоровье

Кого можно считать здоровым человеком? Режим дня школьника и его влияние на здоровье.

Способы двигательной активности. Факторы, влияющие на здоровье. Правила личной гигиены.

2 КЛАСС

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Наименование раздела и темы	Количество часов
1.Безопасность и защита человека	4
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
2.Основы здоровья и здорового образа жизни	2
2.1 Болезни, их причины, связь с образом жизни	1
2.2 Чистый воздух, его значение для здоровья человека	1
ВСЕГО	6

Раздел 1. Безопасность и защита человека Пассажиры и пешеходы

Требования Правил дорожного движения к пешеходам и пассажирам. Обязанности пассажиров. Движение пешеходов через регулируемые и нерегулируемые пешеходные переходы. Движение организованных пеших колонн. Отработка практических навыков.

Я-велосипедист. Правила дорожного движения

Запрещающие и предписывающие знаки для велосипедистов. Правила движения по проезжей части. Меры безопасности при езде на велосипеде.

Профилактика травматизма при катании на роликах, скейтборде

Места для катания. Защитное снаряжение. Контроль скорости и своих движений. Способы безопасного падения.

Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад

Что такое погода? Поражающие факторы метеорологических ЧС и правила безопасного поведения.

Как обращаться с огнем на природе. Сбор грибов и ягод. Укусы насекомых, в том числе клещей.

Правила безопасного поведения на водоемах

Меры безопасного поведения на водоемах в осенний, зимний, весенний и летний периоды.

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни **Болезни, их причины, связь с образом жизни**

Вред и польза мобильных телефонов. Компьютерные игры и их влияние на здоровье ребенка.

Двигательная активность. Функции питания. Активные занятия физкультурой и спортом

Чистый воздух, его значение для здоровья человека

Чистый воздух-залог здоровья. Озеленение городов и поселков. Требования к воздушной среде учебных классов.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ по отработке навыков оказания первой медицинской помощи (заноза, укус, ушиб)

Простые правила обеззараживания. Правила наложения холодных компрессов. Давящие повязки и способы их наложения.

3 КЛАСС

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Наименование раздела и темы	Количество часов
1.Безопасность и защита человека	4
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
2.Основы здоровья и здорового образа жизни	2
2.1 Формирование основ здорового образа жизни. Предупреждение вредных привычек	1
2.2 Режим дня	1
ВСЕГО	6

Раздел 1. Безопасность и защита человека **Дорога и ее элементы**

Разметка улиц и дорог. Проезжая часть дороги и ее край. Разделительная полоса. Одностороннее и двухстороннее движение. Движение по тротуарам и обочине дороги. Правила перехода улиц и дорог. Особенности движения на загородных дорогах.

Виды транспортных средств

Транспорт по способу передвижения. Основные виды транспорта по назначению. Особенности поведения пассажиров на различных видах транспорта.

Опасности современного жилища

Состояние среды жилого помещения и здоровье человека. Современные бытовые приборы и правила безопасного использования. Как правильно пользоваться газовыми плитами и не получить ожоги. Меры безопасности при обращении с домашними животными и уходе за ними.

Навыки безопасного поведения при пожаре

Разобрать и отработать по элементам действия учащихся при пожаре: в школе, в городском транспорте, в развлекательных центрах и других местах с большим скоплением людей.

Правила экстренной эвакуации из помещения, транспорта

Сигналы и способы оповещения. Схемы эвакуации. Места расположения запасных выходов.

Способы экстренной эвакуации. Тренировка в проведении эвакуации.

Особенности поведения с незнакомыми людьми

Незнакомый человек на улице. Незнакомый человек звонит в дверь. Незнакомый человек в подъезде дома, в лифте. К кому обращаться за помощью.

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни

Формирование основ здорового образа жизни. Предупреждение вредных привычек.

Понятие здоровья. Общее представление о здоровом образе жизни (ЗОЖ). Главные факторы здоровья. Переедание, как вредная привычка. Правила профилактики. Зависимость от чипсов и сухариков.

Режим дня

Правильное чередование труда и отдыха. Регулярный прием пищи. Здоровый сон. Утренняя гимнастика и гигиенические процедуры. Отдых с максимальным пребыванием на открытом воздухе.

Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом

Порядок вывода пострадавшего из опасной зараженной зоны. Холодный компресс. Правила оказания помощи при тяжелой степени отравления. **Практическая работа.**

Способы переноски пострадавших. Условия выбора способов переноски пострадавших. Способы: перетаскивание, на спине, на «замке», на палке. **Практическая работа.**

4 КЛАСС

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Наименование раздела и темы	Количество часов
1. Безопасность и защита человека	6
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
2. Основы здоровья и здорового образа жизни	2
2.1 Здоровое питание	1
2.1 Основы профилактики инфекционных заболеваний	1
3. Основы медицинских знаний	2
3.1 Понятие различных видов травм	1
3.2 Первая медицинская помощь при травмах	1
ВСЕГО	10

Раздел 1. Безопасность и защита человека Дорога – зона повышенной опасности

Интенсивность и скорость движения городского транспорта. Состояние дороги и тормозной путь автомобиля. Как обходить стоящий или остановившийся транспорт. Условия безопасности при пользовании трамваем, троллейбусом. Правила перехода и переезда через железнодорожные пути.

Система правил поведения на транспорте

Посадка и высадка. Безопасное место в салоне. Как правильно разместить багаж. Особенности поведения в метро. **Практическая работа**

Пожар в жилище

Возможные причины возникновения пожара. Оценка ситуации. Особенности горения синтетических материалов. подручные средства пожаротушения. Огнетушители, их классификация и правила пользования. **Защита квартир от воров и грабителей**

Основные способы защиты. Защищаем окна и двери. Система сигнализации и видеонаблюдения.

Безопасность человека в природной среде

Природные факторы, влияющие на организм человека. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Меры безопасности при нахождении на водоемах. **Основы ориентирования по признакам местных предметов и компасу**

Основные правила ориентирования. Наблюдательность. Сопоставление признаков с природными условиями. Признаки ориентирования в степи. Правила ориентирования зимой. Знакомство с компасом. Практическая работа.

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни Здоровое питание

Здоровое питание – режим питания. Основные составляющие здорового питания. Возрастные потребности организма. Взаимосвязь питания и интеллекта. **Основы профилактики инфекционных заболеваний**

Правила личной гигиены. Требования к содержанию помещений (класс, детская комната). Гигиена питания. Коммунальная гигиена (пользование учебниками, тетрадями, оборудованием и инвентарем).

Раздел 3. Основы медицинских знаний Понятие различных видов травм

Что такое травма. Классификация травм. Виды травм по степени тяжести. Специальные и подручные средства для оказания первой помощи.

Первая медицинская помощь при травмах

Практическая работа в группах по оказанию первой помощи при носовом кровотечении, ушибах и ссадинах, порезе, ожоге.

Содержание учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5–9 классах реализуется в рамках учебного курса «Физическая культура» с годовой учебной нагрузкой по 15 часов педагогами физической культуры

Календарно-тематическое планирование по ОБЖ

5 класс

№ п/п	Темы урока	Количество часов
1 четверть		
1	ОБЖ №1 1.1 Использование систем водо-газо-электроснабжения с жилище	1
2	ОБЖ №2 1.2 Характеристика и классификация пожаров в быту	1
3	ОБЖ №3 1.3 Обеспечение личной безопасности на улице	1
4	ОБЖ №4 1.4 Экстремизм и терроризм: основные понятия	1
5	ОБЖ № 5 1.5. Антиобщественное поведение. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение.	1
2 четверть		
6	ОБЖ №6 2.1 Мы и природа	1
7	ОБЖ №7 2.2 Стихийные бедствия и возможные последствия для человека	1
3 четверть		
8	ОБЖ №8 3.1 Химическое загрязнение и его последствие	1
9	ОБЖ №9 3.2 Опасности объектов ядерной энергетики	1
10	ОБЖ №10 4.1 Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	1
11	ОБЖ №11 4.2 Двигательная активность- залог здоровья	1
12	ОБЖ №12 4.3 Гигиена питания	1
4 четверть		
13	ОБЖ №13 5.1 Первая медицинская помощь при ушибах и ссадинах при отравлениях лекарственными препаратами и средствами	1

14	ОБЖ №14 5.1 Первая медицинская помощь при ушибах и ссадинах при отравлениях лекарственными препаратами и средствами бытовой химии	1
15	ОБЖ №15 5.2 Понятие о повязке и перевязке. Отработка навыков по наложению различных повязок	1

6 класс

№ п/п	Темы урока	Количество часов
1 четверть		
1	ОБЖ №1 1.1 Способы ориентирования и определения времени	1
2	ОБЖ №2 1.2 Виды костров и основные способы их разведения	1
3	ОБЖ №3 1.3 Оборудование укрытий от непогоды	1
4	ОБЖ №4 1.4 Поиск воды и пищи	1
5	ОБЖ №5 1.5 Сигналы бедствия	1
2 четверть		
6	ОБЖ №6 1.6 Носимый аварийный запас, правила укомплектования и использования	1
7	ОБЖ №7 2.1 Природные факторы, оказывающие влияние на здоровье человека	1
3 четверть		
8	ОБЖ №8 2.2 Ядовитые растения и грибы	1
9	ОБЖ №9 2.3 Ядовитые змеи и насекомые	1
10	ОБЖ №10 2.4 Правила безопасного поведения при встрече с дикими животными	1
11	ОБЖ №11 3.1 Влияние загрязнения воздуха и воды на здоровье человека	1
12	ОБЖ №12 3.2 Профилактика употребления психоактивных веществ и наркотиков	1
4 четверть		
13	ОБЖ №13.3 Влияние компьютера на здоровье человека	1
14	ОБЖ №14 4.1 Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе	1
15	ОБЖ №15 4.2 Первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей и насекомых. Наиболее типичные травмы в походе, их профилактика и оказание первой медицинской	1

7 класс

№ п/п	Темы урока	Количество часов
1 четверть		
1	ОБЖ №1 1.1 Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения	1
2	ОБЖ №2 1.2 Землетрясения. Причины возникновения и возможные последствия	1
3	ОБЖ №3 1.3 Наводнения. Способы эвакуации из затопленных территорий	1
4	ОБЖ №4 1.4 П...	

5	ОБЖ №5 ОБЖ №5 1.5 Снежные заносы, бураны и лавины. 2 четверть	1
6	ОБЖ №6 1.6 Смерчи, ураганы и бури.	1
7	ОБЖ №7 1.7 Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера. 3 четверть	1
8	ОБЖ №8 1.8 Действия учащихся при стихийных бедствиях, наиболее вероятных для данного региона	1
9	ОБЖ №9 2.1 Загрязнение окружающей среды и возможные нарушения здоровья человека	1
10	ОБЖ №10 2.2 Изменение климата и его влияние на здоровье человека	1
11	ОБЖ №11 2.3 Бытовые отходы городов и их утилизация	1
12	ОБЖ №12 3.1 Формирование личности подростка при взаимоотношении со взрослыми 4 четверть	1
13	ОБЖ №13 3.2 Стресс и его влияние на подростка	1
14	ОБЖ №14 3.3 Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних	1
15	4.1 Первая медицинская помощь при ушибах и переломах, при кровотечении. Первая медицинская помощь при утоплении	1

8 класс

№	Тема урока	Количество часов
1 четверть.		
1	ОБЖ №1 1.1 Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация по типам и видам их возникновения	1
2	ОБЖ №2 1.2 Пожары и взрывы	1
3	ОБЖ №3 1.3 Производственные аварии с выбросом опасных химических веществ	1
4	ОБЖ №4 1.4 Правила поведения и защитные меры при авариях на химически опасных объектах	1
5	ОБЖ №5 1.5 Производственные аварии с выбросом радиоактивных веществ. 2 четверть.	1
6	ОБЖ №6 1.6 Защита населения при радиоактивных авариях.	1
7	ОБЖ №7 1.7 Гидродинамические аварии 3 четверть.	1
8	ОБЖ №8 1.8 Нарушение экологического равновесия	1
9	ОБЖ №9 2.1 Правила поведения в криминогенной ситуации	1
10	ОБЖ №10 2.2 Явление экстремизма в молодежной среде: фанаты, спортивные болельщики	1
11	ОБЖ №11 2.3 Техническое и медицинское обеспечение безопасности личности в городе	1
12	ОБЖ №12 3.1 Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность	1

14	ОБЖ №14 3.3 Одежда и обувь – удобно и безопасно	1
15	ОБЖ №15 4.1 Виды травматизма. Причины зимнего травматизма. Опасность раневой инфекции. Первая медицинская помощь при ожогах. Способы остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута	1

9 класс

№ п/п	Темы урока	Количество часов
	1 четверть	
1	ОБЖ №1 1.1 Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности	1
2	ОБЖ №2 1.2 Система борьбы с терроризмом и религиозным экстремизмом	1
3	ОБЖ №3 1.3 Правила поведения при угрозе террористического акта	1
4	ОБЖ №4 1.4 Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Психологические приемы самозащиты	1
5	ОБЖ №5 1.5 Основные виды мошенничества. Правила защиты от мошенников.	1
	2 четверть	1
6	ОБЖ №6 1.6 Психологическая картина толпы. Правила безопасного поведения в толпе.	1
7	ОБЖ №7 2.1 Общие понятия об экстремальных ситуациях	1
	3 четверть	1
8	ОБЖ №8 2.2 Зависимость экстремальных ситуаций от профессии человека	1
9	ОБЖ №9 2.3 Подготовка к выживанию в экстремальных ситуациях	1
10	ОБЖ №10 2.4 Автономное существование человека в природе	1
11	ОБЖ №11 2.5 Экстремальные ситуации аварийного характера в жилище	1
12	ОБЖ №12 2.6 Экстремальные ситуации аварийного характера на транспорте Экипировка горожанина для обеспечения безопасности	
	4 четверть	1
13	ОБЖ №13 3.1 Здоровый образ жизни и его составляющие. Семья и здоровый образ жизни	1
14	ОБЖ №14 3.2 ВИЧ-инфекция и СПИД. Профилактика наркомании	1
15	ОБЖ №15 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

Содержание учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности и информационных технологии» в 10А и 10Б классах реализуется в рамках учебного курса «Начальная военная и технологическая подготовка» с годовой учебной нагрузкой 12 часов педагогом-организатором начальной военной и технологической подготовки.

Раздел по основам безопасности жизнедеятельности и информационных технологии предусматривает в 10А,Б классах занятия по гражданской защите и основам медицинских знаний. Он включает материал о мероприятиях, осуществляемых в мирное и военное время по защите населения Республики Калужской от последствий...

Календарно-тематическое планирование по ОБЖ

10 класс

1	Гражданская защита объекта хозяйствования.	1
2	Ядерное оружие и его характеристика.	1
3	Химическое оружие.	1
4	Биологическое (бактериологическое) оружие.	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 районе стихийных бедствий.	1
11	Первая медицинская помощь при ранениях, кровотечениях и ожогах.	1
12	Первая медицинская помощь при различных несчастных случаях.	1

Содержание учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 11-м классе реализуется в рамках учебного курса «Начальная военная и технологическая подготовка» с годовой учебной нагрузкой 16 часов педагогом-организатором начальной военной и технологической подготовки.

Уроки по основам безопасности жизнедеятельности являются обязательными и проводятся в учебное время.

Календарно-тематическое планирование по ОБЖ

11 класс

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	Основы безопасного поведения в криминогенных ситуациях	1
11	Основы безопасного поведения в криминогенных ситуациях	1
12	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта	1
13	Основы кибербезопасности в информационном пространстве	1
14	Первая помощь при массовых поражениях	1
15	Основные инфекционные болезни. Отравления, интоксикация и профилактика	1
16	Первая помощь пострадавшим при дорожно-транспортном происшествии	1