

## **Инструктивно-методическое письмо «О преподавании учебного предмета „ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ” в ООО ПМР в 2015/16 учебном году»**

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее — ОБЖ) как учебная дисциплина несет интегрированный характер и требует овладения широким спектром научных и прикладных знаний. В сравнении с другими общеобразовательными дисциплинами в образовательном учреждении ОБЖ является единой системой непрерывного целенаправленного педагогического процесса, обеспечивающего подготовку обучающихся в области безопасности жизнедеятельности, развитие и укрепление здоровья.

Целью подготовки обучающихся по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» является получение разносторонних знаний и приобретение умений (действий) ответственно относиться к личной безопасности, безопасности общества, государства и окружающей среды; усвоение системы знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях, в быту, о здоровом образе жизни, а также воспитание ценностного отношения к человеческой жизни.

Приоритетными направлениями в преподавании предмета ОБЖ являются следующие:

- освоение учащимися знаний о здоровом образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- овладение умениями предвидеть потенциальную опасность и правильно действовать в случае ее наступления, оказывать первую медицинскую помощь;
- освоение знаний о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- овладение навыками социальной жизни.

Важнейшими **задачами** обучения основам безопасности жизнедеятельности являются:

- обучение учащихся умению распознавать и оценивать опасности окружающей среды;
- раскрытие системы знаний об опасностях различного происхождения, мерах по их предотвращению, ликвидации их последствий;
- привитие учащимся навыков защиты и самозащиты, помощи и взаимопомощи в ситуациях, опасных для их физического, психологического здоровья и жизни.

В 2015/16 учебном году при организации преподавания ОБЖ в общеобразовательных учреждениях основными подходами являются следующие:

- освоение содержания образования по основам безопасности жизнедеятельности;
- оптимизация учебной нагрузки учащихся при организации образовательного процесса по ОБЖ;
- совершенствование преподавания и освоения учащимися практической части программы по ОБЖ.

**Нормативные документы,  
регламентирующие деятельность преподавателя ОБЖ**

Учителям ОБЖ при планировании учебно-методической работы, разработке учебной программы и составлении календарно-тематических планов на 2015/16 учебный год необходимо учитывать следующее нормативно-правовое и инструктивно-методическое обеспечение:

1. Стандарт основного общего образования по ОБЖ, стандарт среднего (полного) общего образования по ОБЖ.
2. Базисный учебный план для организаций образования ПМР, реализующих программы общего образования.
3. Примерные программы основного общего образования и среднего (полного) образования.
4. Сборник нормативного и программногo сопровождения по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». — Тирасполь, 2009.
5. Перечень учебников и учебных пособий, рекомендованных к использованию в образовательном процессе в организациях образования ПМР на 2014/15 учебный год.

<b>Основы безопасности жизнедеятельности</b>	
<b>РЕКОМЕНДОВАНО</b>	
<p>Сборник нормативного и программногo сопровождения по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». — Тирасполь: ПГИРО, 2010.</p> <p>Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся государственных образовательных учебных заведений // ПВП, 2002. №6.</p> <p>Программа изучения раздела «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях» для юношей (в системе НВП) и девушек (в системе ОБЖ). 10 кл. // ПВП, 2005. №2</p>	<p><b>Поляков В.В. и др.</b> Основы безопасности жизнедеятельности. 5 кл. — М.: Дрофа.</p> <p><b>Маслов А.Г. и др.</b> Основы безопасности жизнедеятельности. 6 кл. — М.: Дрофа.</p> <p><b>Вангородский С.Н. и др.</b> Основы безопасности жизнедеятельности. 7 кл. — М.: Дрофа.</p> <p><b>Вангородский С.Н. и др.</b> Основы безопасности жизнедеятельности. 8 кл. — М.: Дрофа.</p> <p><b>Вангородский С.Н. и др.</b> Основы безопасности жизнедеятельности. 9 кл. — М.: Дрофа.</p> <p><b>Латчук В.Н., Марков В.В. и др.</b> Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. — М.: Дрофа.</p> <p><b>Латчук В.Н., Марков В.В. и др.</b> Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл. — М.: Дрофа.</p> <p><b>Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В.</b> Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10–11 кл. — М.: Просвещение.</p> <p><b>Кантемиров Н.П.</b> Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. 10 кл. — Тирасполь: ГИПК</p>

## **Программно-методическое обеспечение по предмету ОБЖ**

В рамках основного общего образования на изучение ОБЖ отводится в 8 классе 34 часа (1 час в неделю) для юношей и девушек.

На ступени среднего (полного) общего образования на изучение предмета ОБЖ отводится в 10 и 11 классах по 68 часов (2 часа в неделю) в каждом классе.

**Программа 8 класса** включает в себя следующие разделы:

### **Раздел I. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях**

#### ***Производственные аварии и катастрофы (2 ч)***

Аварии на объектах народного хозяйства. Основные понятия и определение аварий. Характеристика очагов поражения и возможные последствия.

#### ***Пожары и взрывы (4 ч)***

Характеристика и виды пожаров. Возможные последствия при пожарах и взрывах. Правила безопасного поведения при пожарах. Способы эвакуации из горящего здания. Возникновение пожара на транспорте и его причины. Правила безопасного поведения в случае возникновения пожара на транспорте. Правила оказания первой медицинской помощи при ожогах.

#### ***Аварии с выбросом сильнодействующих ядовитых веществ (4 ч)***

Радиационноопасные объекты. Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС. Особенности радиоактивного заражения местности, воздуха и воды при авариях на АЭС и его последствия. Правила поведения и действия населения при авариях с выбросом СДЯВ.

#### ***Гидродинамические аварии (3 ч)***

Наводнения и их поражающие факторы. Правила безопасности при угрозе и в ходе наводнения при гидродинамической аварии. Особенности состояния водоёмов в разное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Правила безопасного поведения на воде. Первая помощь при утоплении.

#### ***Нарушение экологического равновесия (4 ч)***

Нарушение экологического равновесия в местах проживания. Краткая характеристика состояния природной среды в связи с жизнедеятельностью человека. Загрязнение атмосферы, загрязнение почв, природных вод. Радиация в биосфере. Загрязняющие вещества, понятие о предельно допустимой концентрации загрязняющих веществ. Меры защиты населения при нарушениях экологического равновесия в местах проживания. Роль одежды, обуви и других элементов быта для обеспечения жизнедеятельности. Ядовитые растения и грибы нашего края.

#### ***Чрезвычайные ситуации природного характера (1 ч)***

Землетрясения, оползни, сели, обвалы, лавины и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при стихийных бедствиях.

### ***Чрезвычайные ситуации криминогенного характера (2 ч)***

Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Правила поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Обеспечение сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников.

### ***Поведение в местах массового скопления людей (1 ч)***

Правила поведения в местах массового скопления людей.

### ***Правила безопасного поведения в быту (1 ч)***

Правила безопасного использования электрических приборов. Компьютер и здоровье.

### ***Практические действия учащихся при производственной аварии, возможной на территории ПМР (1 ч)***

Действия учащихся в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей**

### ***Оказание первой медицинской помощи при отравлениях СДЯВ (1 ч)***

Оказание первой медицинской помощи при отравлении СДЯВ.

### ***Практические занятия по I и II разделам (7 ч)***

Первая медицинская помощь при ушибах, растяжениях, вывихах. Первая медицинская помощь при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавших. Виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе, обморожениях. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах, порезах, укусах насекомых и змей. Изготовление ватно-марлевой повязки и правила её надевания. Первая помощь при отравлении газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.

**Программа 10 класса** включает в себя следующие разделы:

## **Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (20 ч)**

Организация системы Гражданской защиты ПМР. Гражданская защита как система защиты населения, объектов экономики и территории от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. План действий в ЧС и план ГЗ образовательного учреждения. Обязанности учащихся.

ЧС природного происхождения. Защита населения от их последствий. ЧС техногенного и социального характера.

Современные боевые средства поражения и их поражающие факторы. Ядерное оружие. Химическое оружие и сильнодействующие ядовитые вещества (СДЯВ). Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные обычные средства поражения.

Единая система оповещения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты. Средства коллективной защиты. Защита сельскохозяйственного производства в ЧС. Основы организации и проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ. Обеззараживание. Санитарная обработка людей. Эвакуация населения.

Приборы радиационной и химической разведки. Приборы дозиметрического контроля. Контрольно-обобщающий урок.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний (34 ч)**

Понятие о ране. Виды ран. Правила наложения стерильных повязок на голову и грудь. Правила наложения повязок на живот. Правила наложения повязок на верхние конечности. Правила наложения повязок на нижние конечности.

Виды кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Синдром сдавливания. Переломы костей. Первая помощь при них.

Остановка сердца и прекращение дыхания. Ожоги. Обморожения. Солнечный и тепловой удары. Утопление. Укусы ядовитых змей и насекомых. Отравление ядовитыми грибами и растениями.

Выполнение нормативов первой медицинской помощи.

Радиационные поражения. Понятие о радиации. Мероприятия по противорадиационной защите населения. Поражения отравляющими веществами. Поражения СДЯВ.

Признаки и характер поражений СДЯВ. Профилактика поражений СДЯВ.

Инфекционные болезни. Признаки опасных инфекционных болезней. Дезинфекция.

Технические средства для дезинфекции.

Контрольно-обобщающий урок.

## **Раздел III. Основы здорового образа жизни (14 ч)**

Здоровый образ жизни. Составляющие здорового образа жизни. Гигиена. Значение гигиены для здоровья. Биологические ритмы человека. Работоспособность человека. Двигательная активность человека. Гиподинамия. Закаливание организма. Виды закаливания. Рациональное питание. Вредные привычки. Профилактика вредных привычек.

Урок подведения итогов.

**Программа 11 класса** включает в себя следующие разделы:

### **Раздел I. Основы здорового образа жизни (34 ч)**

Семья в современном обществе. Функции семьи. Формы общения между людьми. Брак и семья. Культура брачных отношений. Законодательство о семье.

Права и обязанности родителей и детей. Условия стабильности брака. Особенности молодой семьи. Профилактика нарушения семейных отношений. Деловая игра «Распределение семейных обязанностей». Деловая игра «Распределение семейного бюджета». Дискуссия «Микроклимат в семье».

Вредные привычки и их социальные последствия. Алкоголь и его влияние на организм подростка. Профилактика алкоголизма. Курение. Влияние никотина на организм подростка. Наркотики, их группы. Влияние наркотиков на организм подростка.

Венерические заболевания. СПИД и его профилактика. Репродуктивное здоровье женщины. Сохранение и укрепление здоровья женщины. Факторы, разрушающие репродуктивную функцию женщины.

Влияние алкоголя, табака, наркотиков на потомство. Половая система женщины. Беременность женщины. Гигиена беременности. Факторы риска при беременности. Осложнения при беременности. Наследственные заболевания.

Контрольно-обобщающий урок.

### **Раздел II. Этические нормы социальной жизни (34 ч)**

Понятие об этике и этикете. Правила поведения людей в различных ситуациях.

Манеры поведения. Культура речи. Приветствие и представление. Поведение в общественных местах, учреждениях, школе. Поведение в кафе, ресторане. Поведение на вечере танцев. Правила поведения на улице. Правила поведения в общественном транспорте. Правила поведения на природе. Как вести себя в гостях. Сервировка стола. Семейные даты и подарки. Одежда и косметика.

Межличностные отношения людей. Психология подростка. Темперамент и характер. Выявление типа характера и темперамента. Комплекс неполноценности.

Истоки и признаки неуверенности. Пути избавления от комплексов. Умение правильно воспринимать критику. Причины возникновения конфликтов. Можно ли избежать конфликтов? Выработка правильной линии поведения при конфликтной ситуации.

Основные правила взаимоотношений между девушками и юношами. Товарищество и дружба. Любовь как высшее проявление нравственных качеств человека. Формирование коммуникативных навыков. Применение техники конструктивного спора.

Контрольно-обобщающий урок.

## **Нормы оценки результатов учебной деятельности учащихся по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Планируемые результаты** обучения в предметно-деятельностной форме определены учебными программами в соответствии с требованиями образовательного стандарта по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

**Поурочный контроль** результатов учебной деятельности учащихся осуществляется в устной, письменной, практической формах и их сочетании посредством проведения индивидуального, группового и фронтального опросов с использованием контрольных, практических вопросов и заданий, содержащихся в учебниках, учебно-методических пособиях и других средствах контроля.

**Тематический контроль** результатов учебной деятельности учащихся осуществляется посредством проведения самостоятельных, контрольных и практических работ.

Устанавливаются следующие показатели оценки результатов учебной деятельности учащихся по ОБЖ при осуществлении контроля с использованием пятибалльной шкалы:

**Оценка «5»** ставится учащимся, если:

- устный ответ, письменная работа, практическая деятельность и их результат в полной мере соответствуют требованиям программы;
- при ответе полно раскрыто содержание материала в объеме программы и учебника;
- четко и правильно даны определения и раскрыто содержание понятий, верно использованы научные термины;
- ответы самостоятельны;
- учащиеся четко, уверенно выполняют практические упражнения и нормативы;
- учащиеся применяют полученные знания в незнакомой ситуации.

**Оценка «4»** ставится учащимся, если:

- устный ответ, письменная работа, практическая деятельность и их результат в полной мере соответствуют требованиям программы;
- при ответе полно раскрыто содержание материала в объеме программы и учебника;
- четко и правильно даны определения и раскрыто содержание понятий, верно использованы научные термины, допущены незначительные ошибки, ответы самостоятельны;
- учащиеся выполняют практические упражнения и нормативы четко, уверенно, но с единичными ошибками, устраняемыми самостоятельно.

**Оценка «3»** ставится учащимся, если:

- учащиеся осознанно, но фрагментарно воспроизводят программный материал с существенными ошибками;
- учащиеся выполняют практические упражнения и нормативы в пределах установленного времени, но с ошибками, которые исправляют с помощью учителя.

**Оценка «2»** ставится учащимся, если:

- учащиеся оперируют отдельными фрагментами программного материала;
- допускается много существенных ошибок при изложении устного ответа;
- учащиеся выполняют практическую часть программы неуверенно, со значительным количеством ошибок, исправляемых учителем.

**Оценка «1»** ставится учащимся, если:

- налицо полное неумение изложить программный материал устно и письменно;
- практическую часть программы они повторяют только с помощью учителя.

### Список литературы для учителя

Преподавателям рекомендуется следующая *дополнительная учебно-методическая литература*:

1. **Акимов В.А., Дурнев Р.А., Миронов С.К.** Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: Энциклопедический справочник. 5–11 классы. — М.: Дрофа, 2008. — 285 с.
2. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Под ред. Л.А. Михайлова. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2008. — 462 с.
3. **Бочаров Е.А.** Ступени обучения выживанию: Программно-методическое пособие для педагогов. — М.: ВЛАДОС, 2008. — 204 с.
4. **Дурнев Р.А.** Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. 5–11 классы: Методическое пособие. — М.: Дрофа, 2008. — 156 с.
5. **Евлахов В.М.** Методика проведения занятий в общеобразовательных учреждениях: Методическое пособие. — М.: Дрофа, 2009. — 272 с. — (Библиотека учителя).
6. **Латчук В.Н.** Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5–11 классы: Учебно-методическое пособие. — 3-е изд., стер. — М.: Дрофа, 2006. — 76 с.
7. **Мастрюков Б.С.** Безопасность в чрезвычайных ситуациях: Учебник для студентов вузов. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Изд. центр «Академия», 2006. — 336 с.
8. Методы и средства оценки факторов радиационной и химической опасности. 8–11 классы: Методическое пособие / А.Г. Муравьев, А.Н. Перевозчиков, С.П. Данченко и др.; / Под ред. А.Г. Муравьева. — М.: Дрофа, 2007. — 140 с.
9. Психология деятельности в экстремальных условиях: Учебное пособие для студентов вузов / В.Н. Непопалов, В.Ф. Сопов, А.В. Родионов и др.; / Под ред. А.Н. Блеера. — М.: Изд. центр «Академия», 2008. — 256 с. — (Высшее профессиональное образование).
10. **Соловьев С.С.** Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: Учебно-методическое пособие. — 2-е изд., стер. — М.: Дрофа, 2006. — 192 с.

11. **Тен Е.Е.** Основы медицинских знаний: Учебник для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. — 4-е изд., стер. — М.: Изд. центр «Академия», 2008. — 256 с.

12. **Хромов Н.И.** Преподавание ОБЖ в школе и средних специальных образовательных учреждениях: Методическое пособие. — М.: Айрис-пресс, 2008. — 288 с.

13. **Чумаков Б.Н.** 10 заповедей сохранения жизни. — М.: Пед. общество России, 2005. — 64 с.

#### Список литературы для учащихся

1. **Самыгин С.И.** Школа выживания (обеспечение безопасности жизнедеятельности): Учебное пособие для учащихся средних и средних специальных учебных заведений. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. — 544 с.

2. **Смирнов А.Т., Хренников Б.О.** Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник для учащихся. — М.: Просвещение, 2007.

#### Сайты в помощь преподавателю ОБЖ

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
Министерство внутренних дел РФ	<a href="http://www.mvd.ru">http://www.mvd.ru</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения РФ	<a href="http://www.minzdrav-rf.ru">http://www.minzdrav-rf.ru</a>
Министерство обороны РФ	<a href="http://www.mil.ru">http://www.mil.ru</a>
Министерство образования и науки РФ	<a href="http://mon.gov.ru/">http://mon.gov.ru/</a>
Министерство природных ресурсов РФ	<a href="http://www.mnr.gov.ru">http://www.mnr.gov.ru</a>
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	<a href="http://www.fsgv.ru">http://www.fsgv.ru</a>
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	<a href="http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm">http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm</a>
Федеральная пограничная служба	<a href="http://www.fps.gov.ru">http://www.fps.gov.ru</a>
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	<a href="http://www.gan.ru">http://www.gan.ru</a>
Русский образовательный портал	<a href="http://www.gov.ed.ru">http://www.gov.ed.ru</a>
Департамент образования, культуры и молодежной политики Белгородской области	<a href="http://www.beluno.ru">http://www.beluno.ru</a>
Белгородский региональный институт ПКППС	<a href="http://ipkps.bsu.edu.ru/">http://ipkps.bsu.edu.ru/</a>
Академия повышения квалификации работников образования	<a href="http://www.apkro.ru">http://www.apkro.ru</a>
Федеральный российский общеобразовательный портал	<a href="http://www.school.edu.ru">http://www.school.edu.ru</a>
Федеральный портал «Российское образование»	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	<a href="http://www.km.ru">http://www.km.ru</a>
Образовательный портал «Учеба»	<a href="http://www.uroki.ru">http://www.uroki.ru</a>
Журнал «Курьер образования»	<a href="http://www.courier.com.ru">http://www.courier.com.ru</a>

Журнал «Вестник образования»	<a href="http://www.vestnik.edu.ru">http://www.vestnik.edu.ru</a>
Издательский дом «Профкнига»	<a href="http://www.profkniga.ru">http://www.profkniga.ru</a>
Издательский дом «1 сентября»	<a href="http://www.1september.ru">http://www.1september.ru</a>
Издательский дом «Армпресс»	<a href="http://www.armpress.info">http://www.armpress.info</a>
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	<a href="http://festival.1september.ru">http://festival.1september.ru</a>
Энциклопедия безопасности	<a href="http://www.opasno.net">http://www.opasno.net</a>
Личная безопасность	<a href="http://personal-safety.redut-7.ru">http://personal-safety.redut-7.ru</a>
Образовательные ресурсы интернета — безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru">http://www.alleng.ru</a>
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	<a href="http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det">http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det</a>
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ–МЧС России	<a href="http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html">http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html</a>
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет-ресурсов по охране труда, безопасности дорожного движения, безопасности жизнедеятельности)	<a href="http://www.econavt-catalog.ru">http://www.econavt-catalog.ru</a>
Портал Всероссийской олимпиады школьников	<a href="http://rusolymp.ru/">http://rusolymp.ru/</a>
Образовательные ресурсы интернета — безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru/edu/saf.htm">http://www.alleng.ru/edu/saf.htm</a>
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД	<a href="http://www.bezopasnost.edu66.ru">http://www.bezopasnost.edu66.ru</a>
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	<a href="http://www.hardtime.ru">http://www.hardtime.ru</a>

Составители:

*Косячук Л.С., вед. методист кафедры общеобразовательных дисциплин  
и дополнительного образования ГОУ ДПО «ИРОиПК»;*  
*Николюк А.Н., начальник отдела общего образования МУ «УНО г. Тирасполя»*