

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам безопасности жизнедеятельности
на 2021-2025 год

7-9 класс

Разработана Крусь Еленой Анатольевной,
учителем основ безопасности жизнедеятельности
высшей квалификационной категории

г. Белогорск
2021 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 7-9-х классов составлена на основе нормативно-правовых документов:

1. Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
3. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 года № 189 «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями и дополнениями);
4. Письма Минобрнауки России от 28.10.2015 № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»;
5. Приказа Минпросвещения России № 345 от 28 декабря 2018 года «О федеральном перечне учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями);
6. Примерная программа по основам безопасности жизнедеятельности: 5—9 классы: рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Вентана-Граф, 2017.
7. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных предметов, курсов (модулей) групповых занятий МАОУ СШ №17 от 07.04.2016г. (протокол № 6 педагогического совета);
8. Основной образовательной программы основного общего образования МАОУ СШ №17 на 2016-2021 годы, утвержденная приказом МАОУ СШ от 23.05.2016 №158;
9. Приказа МАОУ СШ №17 от 24.05.2021г. № 215 «О внесении изменений в основную образовательную программу основного общего образования»;
10. Учебного плана МАОУ СШ №17 на 2021 – 2022 учебный год.

Программа согласно учебному плану, рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю), из них контрольных работ – 1; тестов – 4.

При реализации рабочей программы используются учебники: Учебник для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 5-7 классы Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, Л.В. Сидоренко, А. Б. Таранина. Москва. Издательский центр «Вентана –Граф» 2021. Учебник для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 8-9 классы Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, Л.В. Сидоренко, А. Б. Таранина. Москва. Издательский центр «Вентана – Граф» 2021.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Учащиеся 7 класса научатся:

- ✓ объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);
- ✓ характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);
- ✓ раскрывать особенности семьи как социального института;
- ✓ характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;
- ✓ выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- ✓ раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- ✓ классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;
- ✓ анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении в масштабах региона;
- ✓ различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;
- ✓ предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;

Получит возможность научиться:

- ✓ проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;
- ✓ организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;
- ✓ проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;
- ✓ ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- ✓ оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

Учащиеся 8-9 класса научатся:

- ✓ классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- ✓ использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- ✓ использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- ✓ классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- ✓ безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- ✓ безопасно использовать бытовые приборы;
- ✓ безопасно использовать средства бытовой химии;

- ✓ безопасно использовать средства коммуникации;
- ✓ классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- ✓ предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- ✓ безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- ✓ безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- ✓ безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- ✓ безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- ✓ безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- ✓ безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- ✓ адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- ✓ адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- ✓ безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- ✓ безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- ✓ соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- ✓ соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- ✓ соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- ✓ классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- ✓ адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- ✓ использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- ✓ классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- ✓ готовиться к туристическим походам;
- ✓ адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- ✓ адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- ✓ добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- ✓ добывать и очищать воду в автономных условиях;
- ✓ добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- ✓ подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- ✓ характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- ✓ предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- ✓ классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- ✓ безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- ✓ характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- ✓ предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- ✓ классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;

- ✓ безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- ✓ безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- ✓ комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- ✓ классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- ✓ классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- ✓ адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- ✓ адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- ✓ классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- ✓ классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- ✓ предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- ✓ адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- ✓ оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- ✓ характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- ✓ классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- ✓ планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- ✓ адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- ✓ выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- ✓ безопасно использовать ресурсы интернета;
- ✓ анализировать состояние своего здоровья;
- ✓ определять состояния оказания неотложной помощи;
- ✓ использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- ✓ классифицировать средства оказания первой помощи;
- ✓ оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- ✓ извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- ✓ оказывать первую помощь при ушибах;
- ✓ оказывать первую помощь при растяжениях;
- ✓ оказывать первую помощь при вывихах;
- ✓ оказывать первую помощь при переломах;
- ✓ оказывать первую помощь при ожогах;
- ✓ оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- ✓ оказывать первую помощь при отравлениях;
- ✓ оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- ✓ оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Учащиеся получают возможность научиться:

- ✓ безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;

- ✓ классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- ✓ готовиться к туристическим поездкам;
- ✓ адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- ✓ анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- ✓ анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- ✓ безопасно вести и применять права покупателя;
- ✓ анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- ✓ предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- ✓ характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- ✓ классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- ✓ владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- ✓ классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- ✓ оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- ✓ оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- ✓ оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- ✓ оказывать первую помощь при коме;
- ✓ оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- ✓ использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- ✓ усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- ✓ исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- ✓ творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

7 класс

Раздел 1. Здоровый образ жизни. (14 часов)

Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека. (5 часов)

Проблемы здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

Что такое здоровый образ жизни.

Слагаемые здоровья. Что такое физическое здоровье? Правила личной гигиены. Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека. Закаливание как способ тренировки организма.

Расширение кругозора. Русская баня и здоровье. Польза закаливания.

Правильное питание (3 часа)

Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддержать здоровье. Белки – строительный материал для организма; углеводы и жиры – источник энергии для организма. Продукты питания как экологический фактор.

Питание и болезни. Диета.

Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белка. Благотворное воздействие зелёного чая.

Психическое здоровье человека (2 часа).

Психическое здоровье – эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «Властвовать собой». Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.

Социальное здоровье (2 часа)

Человек – социальное существо, член общества. Социальная среда – обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми – показатель социального здоровья человека.

Общение – ценная деятельность человека. Учение – социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Расширение кругозора. Дети – маугли.

Репродуктивное здоровье подростков и его охрана (2 часа).

Репродуктивное здоровье – способность человека к воспроизведению.

Половое созревание – особенность подросткового и юношеского возраста.

Подготовка организма к деторождению. Чистота тела – одно из условий репродуктивного здоровья. Риски старшего подросткового возраста.

Раздел 2. Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни (20 часов)

Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту (14 часов).

Пожар – чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара.

Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков.

Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах. Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией.

Залив жилища. Причины залива в помещении. Правила поведения при заливах.
Электричество при неправильном пользовании может быть опасным.
Правила пользования электроприборами.
Оценка обстановки при электро травмах. Первая помощь.

Разумная предосторожность. Опасные игры (6 часов).

Особенности общения с чужими людьми в местах, где нет скопления народа. Приметы человека, который не может за себя постоять. Правила поведения при нападении
Подручные предметы, которые можно использовать для самообороны.

Расширение кругозора.

Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище. Опасности, которые скрывает карьер. Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и игры.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

8 класс

Раздел 1. Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе (8ч)

Ядовитые растения и грибы (3 часа).

Ядовитые растения нашей местности, их влияния на здоровье человека. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Гроза в лесу.

Причины возникновения опасных ситуаций на воде (5 часов).

Водоём зимой и летом. Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Действия в неожиданных ситуациях. Выполнение правил поведения при купании. Умения отдыхать на воде. Правила катания на лодке. Помощь утопающему. Приёмы проведения искусственного дыхания. Правила поведения на льду.

Расширение кругозора. Ядовитые растения, мифы о грибах, опасные земноводные

Раздел 2. Современный транспорт и безопасность (10ч)

Транспорт в современном мире (10 часов).

Виды транспортных средств. Негативное воздействие транспорта на природу.
Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий, поведение их участников, помощь пострадавшим.

Метро — транспорт повышенной опасности. Возможные опасные ситуации, связанные с метро. Правила поведения в метро.

Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Нестандартные ситуации во время полёта.

Меры предосторожности при ухудшении самочувствия во время полёта.

Особенность железнодорожного транспорта. Правила поведения при крушении поезда, при возникновении в вагоне пожара.

Расширение кругозора. Экологически безопасный транспорт, ремни безопасности, наказания за нарушения правил безопасного полёта

Раздел 3. Безопасный туризм (16ч)

Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный и другие опасности, подстерегающие туриста. Обязанности туриста в туристской группе. Зависимость безопасности в туристском походе от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы. Объективные трудности турпохода. Субъективные трудности турпохода.

Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристском походе. Преодоление естественных препятствий. Рациональное распределение группового снаряжения между участниками похода. Требования к составлению графика движения туристской группы. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности при переправах через реки. Способы переправы через водотоки (реки): «вброд», «на плавсредствах», «над водой», «вплавь», «по льду». Алгоритм проведения разведки перед преодолением естественного препятствия. Распределение ролей между участниками похода при организации переправ.

Если турист отстал от группы... Алгоритм (правила) обеспечения собственной безопасности туриста, который оказался в лесу один (отстал от группы). Состав индивидуального аварийного набора туриста. Действия туристской группы в ЧС по организации поиска туриста, отставшего от группы. Основные правила безопасности при выборе места для организации бивуака туристской группы. Требования безопасности к бивуаку туристской группы при организации вынужденной остановки на ночлег. Типы костров, используемых в туризме, и их назначение. Правила разведения костров.

Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе. Правила безопасности в путешествиях с использованием плавсредств.

Узлы в туристском походе. Функции, свойства и особенности узлов, используемых туристами в путешествиях. Требования к узлам, продиктованные практикой их применения в походных условиях. Положительные качества и недостатки разных видов узлов, используемых в походах.

Расширение кругозора. Требования к подбору рюкзака для туристского похода

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

9 класс

Раздел 1. Когда человек сам себе враг (8ч)

Почему курят подростки? Чем опасен сигаретный дым? Влияние курения на растущий организм.

Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков. Воздействие алкоголя на организм человека. Психологическая готовность к неприятию алкоголя. Первая помощь при отравлении алкоголем.

Что такое наркотики и наркомания? Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания

Раздел 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, их классификация и характеристика (16ч)

Определение чрезвычайной ситуации. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения. Общие правила эвакуации.

Что такое землетрясение. Степень воздействия сейсмических волн. Прогнозирование землетрясений. Признаки землетрясения. Правила поведения во время землетрясения. Извержение вулкана — грозное стихийное явление. Признаки начала извержения. Поведение во время извержения вулкана.

Что такое сели и оползни. Причины их образования. Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней.

Что такое ураганы, бури, смерчи, цунами, чем они опасны. Поведение при угрозе их приближения.

Причины возникновения наводнений. Меры по предупреждению последствий наводнений. Эвакуация перед наводнением и во время его. Действия перед наводнением и при наводнении.

Природные пожары, их причины. Виды лесных пожаров. Действия при лесном пожаре.

Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ. Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида

Раздел 3. Противодействие экстремизму и терроризму. Национальная безопасность Российской Федерации (10ч)

Что такое экстремизм и терроризм. Правила поведения во время взрыва и после него. Взятие в заложники и правила поведения в этом случае.

Государственная политика противодействия экстремизму и терроризму в России. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Особенности проведения спецопераций

Что такое национальная безопасность Российской Федерации. Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации

Тематическое планирование

7 класс

№	Тема	Количество часов
I.	Здоровый образ жизни.	14 часов
II.	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.	20 часов
ИТОГО		34

8 класс

№	Тема	Количество часов
I.	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе.	8 часов
II.	Современный транспорт и безопасность.	10 часов
III.	Безопасный туризм.	16 часов
ИТОГО		34

9 класс

№	Тема	Количество часов
I.	Когда человек сам себе враг.	8 часов
II.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, их классификация и характеристика.	16 часов
III.	Противодействие экстремизму и терроризму. Национальная безопасность Российской Федерации.	10 часов
ИТОГО		34

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575795

Владелец Скачкова Валерия Сергеевна

Действителен с 08.09.2021 по 08.09.2022