

Приложение 1

к содержательному разделу основной образовательной программы основного общего образования, утвержденной приказом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Поломошинская средняя общеобразовательная школа Яшкинского муниципального округа» от «30» августа 2020г. № 1

**Рабочая программа по учебному предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для 5-9 классов**

**Составитель:
учитель ОБЖ Глок К.Н.**

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета _____ 3
2. Содержание учебного предмета _____ 6
3. Тематическое планирование с указанием количества часов,
отводимых на освоение каждой темы _____ 14

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, обучение на занятиях по основам безопасности

жизнедеятельности направлено на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) 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 предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Планируемые личностные результаты достигаются при изучении учебных предметов (с учетом их специфики), во внеурочной деятельности, а также в учебно-исследовательской и проектной деятельности.

Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- 1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- 3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 4) 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;

5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;

6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;

10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

11) умение оказать первую помощь пострадавшим;

12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой

из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;

13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА
5 КЛАСС
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
(34 ЧАСОВ)

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства - 24

Раздел I. Основы комплексной безопасности - 17

Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека - 5

Роль городов в развитии человеческого общества. Система жизнеобеспечения современных городов. Опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электричеством, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Меры профилактики опасных и аварийных ситуациях.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город - столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми.

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения.

Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера - 8

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасности поведения пешеходов на дороге.

Пассажир. Общие обязанности пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Транспортное средство и водитель.

Общие обязанности водителя. Велосипедист - водитель транспортного средства. Требования к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста. Правила поведения на дороге.

Пожар в жилище и причины его возникновения. Пожарная безопасность. Основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Профилактика травм при занятии физической культурой и спортом.

Правила безопасного поведения на железной дороге.

Глава 3. Опасные ситуации природного характера - 2

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасной природных явлений.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах.

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего (поселка) города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.) Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера – 2

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационно-опасном объекте, аварии на пожаро-взрывоопасных объектах, аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации.

Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности.

Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ - 5

Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение – 3

Антиобщественное поведение и его опасность. Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на улице. Решение ситуативных задач.

Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства - 2

Экстремизм и терроризм, основные понятия, причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности. Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни - 13

Раздел 4. Основы здорового образа жизни - 5

Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни - 3

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, вода.

Гигиена питания.

Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье - 2

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств.

Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на развитие способностей человека и его здоровья.

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь - наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность. Собеседования на тему «Основы здорового образа жизни и профилактика вредных привычек».

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи -

Глава 9. Первая медицинская помощь и правила ее оказания – 7

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызвать « Скорую помощь ».

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях (практические занятия)

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

6 КЛАСС

«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

(34 ЧАСОВ)

Раздел I. Безопасность человека в природных условиях (25 часа)

Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе (5 часов)

Природа и человек.

Ориентирование на местности.

Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу.

Определение места для бивака и организация бивачных работ.

Тема 2. Активный отдых на природе (7 часов)

Определение необходимого снаряжения для похода.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.

Подготовка и проведение лыжных походов.

Водные походы и обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы и безопасность туристов.

Контрольная работа №1 по теме «Активный отдых на природе и безопасность».

Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности (5 часов)

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.

Акклиматизация человека в различных климатических условиях.

Акклиматизация человека в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.

Обеспечение личной безопасности на водном и воздушном транспорте.

Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (4 часа)

Автономное существование человека в природных условиях.

Добровольная и вынужденная автономия.

Контрольная работа №2 по теме «Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании».

Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях (4 часа)

Опасные погодные условия.

Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними.

Укусы насекомых и защита от них.

Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 часа)

Тема 6. Основы медицинских знаний и оказание ПМП (5 часа)

Личная гигиена и оказание ПМП.

Оказание ПМП при травмах, тепловом и солнечном ударах, при отморожении и ожоге.

Оказание ПМП при укусах змей и насекомых.

Контрольная работа №3 по теме «Оказание ПМП в различных ситуациях».

Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие (4 часов)

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.

. Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков .

Контрольная работа № 4 по теме «Здоровье человека и профилактика вредных привычек».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА 7 КЛАСС «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (34 ЧАСОВ)

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (24 часа)

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины). Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи). Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнение, сели, цунами). Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций. Землетрясения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясения.

Вулканы и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при извержении вулканов.

Оползни, сели, обвалы, лавины и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала. Правила безопасного поведения вовремя и после схода селя, оползня, обвала, безопасный выход из зоны стихийного бедствия.

Ураганы, бури, смерчи и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча.

Наводнения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время и после наводнений.

Цунами и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (8 часов)

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения о чрезвычайных

ситуациях. Эвакуация населения. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (7 часов)

Раздел III. Основы здорового образа жизни (3 часа)

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

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (4 часа)

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

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА 8 КЛАСС «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (34 ЧАСОВ)

Раздел 1.

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни 11ч.

Гл.1. Пожарная безопасность 3 ч.

Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия. Использование средств пожаротушения.

Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональным компьютером и др.

Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности.

Обеспечение личной безопасности при пожарах. Использование индивидуальных средств защиты (домашней медицинской аптечкой, респиратора, противогаза).

Гл.2. Безопасность на дорогах 2ч.

Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей. Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров. Велосипедист-водитель транспортного средства.

Гл.3. Безопасность на водоемах 3ч.

Безопасное поведение человека в природных условиях: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывания огня, воды, пищи, сооружение временного укрытия.

Безопасное поведение на водоемах в различных условиях. Оказание помощи терпящим бедствие на воде.

Гл.4. Экология и безопасность 3ч.

Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека. Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами.

Предельно допустимые концентрации (пдк) вредных веществ в атмосфере, воде, почве.

Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основы безопасного поведения в ЧС. ЧС природного характера и поведение в случае их возникновения.

Раздел 2.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность населения 11ч.

Гл.5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия 3ч.

Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия. Обеспечение радиационной безопасности населения. Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия. Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.

Раздел 3.

Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций 8 ч.

Гл.6. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения 2 ч.

Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах.

Гл.7. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера 3ч.

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Действия населения по сигналу «Внимание всем!» и сопровождающей речевой информацией. Эвакуация населения. Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Гл.8. Общие понятия об терроризме и экстремизме 3 ч.

Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы защиты. Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятиях, на стадионах). Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта. Поведение при похищении или захвате в качестве заложника.

Раздел 4.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 12ч.

Гл.9. Основы здорового образа жизни 8ч.

Общие понятия о здоровье как основной ценности человека. Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность. Репродуктивное здоровье – составляющая здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности.

Гл.10. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи 4 ч.

Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение.
Первая медицинская помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами .
Первая медицинская помощь при травмах.
Первая медицинская помощь при утоплении.
Первая медицинская помощь при ожогах , обморожениях, ушибах, кровотечениях.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

9 КЛАСС

«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

(34 ЧАСОВ)

Раздел 1. Основы комплексной безопасности (12 ч)

Тема 1. Национальная безопасность России в современном мире. (4 ч)

Россия в мировом сообществе. Национальные интересы России в современном мире. Основные угрозы национальным интересам и безопасности России. Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и национальная безопасность России (3 ч)

Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения, их классификация. Чрезвычайные ситуации природного характера, их причины и последствия. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и последствия.

Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера и национальная безопасность России (3 ч)

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

Тема 4. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта (2 ч)

Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Правила поведения при угрозе террористического акта.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (12 ч)

Тема 5. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (3 ч)

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций.

Тема 6. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (5 ч)

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

Тема 7. Организация борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации (4 ч)

Законная и нормативно-правовая база по организации борьбы с терроризмом. Система борьбы с терроризмом. Государственная политика противодействия наркотизму. Профилактика наркомании.

Раздел 3. Основы здорового образа жизни (8 ч)

Тема 8. Основы здорового образа жизни (3 ч)

Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность. Здоровый образ жизни и его составляющие. Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России.

Тема 9. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье (3 ч)

Ранние половые связи и их последствия. Инфекции, передаваемые половым путем. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе.

Тема 10. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья (2 ч)

Брак и семья. Семья и здоровый образ жизни человека. Основы семейного права в Российской Федерации.

Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (2 ч)

Первая медицинская помощь при массовых поражениях (практическое занятие по плану преподавателя). Первая медицинская помощь при передозировке в приеме психоактивных веществ.

**Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых
на освоение каждой темы**

5 класс

Основы безопасности жизнедеятельности

1 час в неделю, 34 часов в год.

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (24 ч.)				
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (17 ч.)				
1. Человек, среда его обитания, безопасность человека. (5 часов)				
1	Город как среда обитания.	1		
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1		
3	Особенности природных условий в городе.	1		
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1		
5	Безопасность в повседневной жизни.	1		
2. Опасные ситуации техногенного характера. (8 часов)				
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.	1		
7	Пешеход. Безопасность пешехода.	1		
8	Пассажир. Безопасность пассажира.	1		
9	Водитель.	1		
10	Пожарная безопасность.	1		
11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1		
12-13	Правила безопасного поведения на железной дороге.	2		
3. Опасные ситуации природного характера. (2 часа)				
14	Погодные условия и безопасность человека.	1		
15	Безопасность на водоемах.	1		
4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. (2 часа)				
16	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1		
17	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	1		

Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации (5 ч)				
5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение. (3 часа)				
18	Антиобщественное поведение и его опасность.	1		
19	Обеспечение личной безопасности дома.	1		
20	Обеспечение личной безопасности на улице.	1		
6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства. (2 часа)				
21	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения Виды экстремистской и террористической деятельности.	1		
22	Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	1		
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (13 ч.)				
Раздел 4. Основы здорового образа жизни (5ч.)				
7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни. (3 часа)				
23	О здоровом образе жизни.	1		
24	Двигательная активность и закаливание организма – элементы здорового образа жизни.	1		
25	Рациональное питание. Гигиена питания.	1		
8. Факторы, разрушающие здоровье. (2 часа)				
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1		
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек. (практические занятия).	1		
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (7 ч.)				
9. Первая помощь и правила ее оказания. (7 часов)				
28	Первая помощь при различных видах повреждений.	1		
29	Первая помощь при различных видах повреждений.	1		
30	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах	1		

	(практическое занятие).			
31	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практическое занятие).	1		
32	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практическое занятие).	1		
33	Первая помощь при отравлениях (практические занятия).	1		
34	Первая помощь при отравлениях (практические занятия).	1		

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

6 класс

Основы безопасности жизнедеятельности

1 час в неделю, 34 часов в год.

№ урока	Тема урока	Дата проведения урока	Кол-во часов	
---------	------------	-----------------------	--------------	--

1.	Введение. Инструктаж по ТБ.		1	
Раздел I. Безопасность человека в природных условиях (25ч)				
Тема1. Подготовка человека в природных условиях (5ч)				
2.	Природа и человек		1	
3.	Ориентирование на местности.		1	
4.	Определение своего местонахождения и направления движения на местности.		1	
5.	Подготовка к выходу на природу.		1	
6.	Определение места для бивака и организация бивачных работ.		1	
Тема 2. Активный отдых на природе (7ч)				
7.	Определение необходимого снаряжения для похода.		1	
8.	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.		1	
9.	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.		1	
10.	Подготовка и проведение лыжных походов.		1	
11.	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.		1	
12.	Велосипедные походы и безопасность туристов		1	
13.	Контрольная работа №1 по теме «Активный отдых на природе и безопасность».		1	
Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности (5 ч)				
14.	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в выездном туризме.		1	
15.	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.		1	
16.	Акклиматизация человека в горной местности.		1	
17.	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.		1	
18.	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте и воздушном транспорте.		1	
Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (4ч)				
19.	Автономное существование человека в природе.		1	
20.	Добровольная автономия человека в природе.		1	
21.	Вынужденная автономия человека в природной среде.		1	
22.	Контрольная работа № 2 по теме «Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании».		1	
Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях (4ч)				
23.	Опасные погодные условия.		1	
24.	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.		1	
25.	Укусы насекомых и защиты от них.		1	
26.	Клещевой энцефалит и его профилактика.		1	
Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9ч)				
Тема 6. Основы медицинский знаний и оказание ПМП (4ч)				
27.	Личная гигиена и оказание ПМП.		1	
28.	Оказание ПМП при травмах, тепловом и солнечном		1	

	ударе, отморожении и ожоге.		
29.	Оказание ПМП при укусах змей и насекомых.		1
30.	Контрольная работа №3 по теме «Оказание ПМП в различных ситуациях»		1
Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие (4 ч).			
31.	ЗОЖ и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье.		1
32.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.		1
33.	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков.		1
34.	Контрольная работа № 4 по теме «Здоровье человека и профилактика вредных привычек».		1

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

7 класс

ОБЖ (1 час в неделю, 34 часов в год).

№ урочка	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов	примечание
		<u>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.</u>	<u>24</u>	
		<u>Раздел 1. Основы комплексной безопасности.</u> <u>Защита населения РФ от ЧС.</u>	<u>24</u>	
		<u>Глава 1. Общие понятия об опасных и ЧС</u>	<u>3</u>	

		<u>природного характера.</u>		
1		Различные природные явления и причины их возникновения.	1	
2		Общая характеристика природных явлений.	1	
3		Опасные и ЧС природного характера.	1	
		<u>Глава 2. ЧС геологического характера.</u>	<u>6</u>	
4		Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.	1	
5		Защита населения от последствий землетрясений.	1	
6		Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	1	
7		Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.	1	
8		Последствия извержения вулканов. Защита населения.	1	
9		Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	1	
		<u>Глава 3. ЧС метеорологического происхождения.</u>	<u>3</u>	
10		Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	1	
11		Защита населения от последствий ураганов и бурь.	1	
12		Смерчи.	1	
		<u>Глава 4. ЧС гидрологического происхождения.</u>	<u>8</u>	
13		Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1	
14		Защита населения от последствий наводнений.	1	
15		Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1	
16		Сели и их характеристика.	1	
17		Защита населения от последствий селевых потоков.	1	
18		Цунами и их характеристика.	1	
19		Защита населения от цунами.	1	

20		Снежные лавины.	1	
		<u>Глава 5. Природные пожары и ЧС биолого – социального происхождения.</u>	<u>4</u>	
21		Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1	
22		Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1	
23		Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1	
24		Эпизоотии и эпифитотии.	1	
		<u>Раздел 2. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.</u>	<u>2</u>	
		<u>Глава 6. Духовно – нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.</u>	<u>2</u>	
25		Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую деятельность.	1	
26		Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.	1	
		<u>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</u>	<u>8</u>	
		<u>Раздел 3. Основы здорового жизни.</u>	<u>8</u>	
		<u>Глава 7. Здоровый образ жизни и его значения для гармоничного развития человека.</u>	<u>3</u>	
27		Психологическая уравновешенность.	1	
28		Стресс и его влияние на человека.	1	
29		Анатомо – физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1	
		<u>Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.</u>	<u>5</u>	
		<u>Глава 8. Первая помощь при неотложных состояниях.</u>	<u>5</u>	
30		Общие правила оказания первой помощи.	1	
31		Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1	
32		Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1	
33		Общие правила транспортировки пострадавшего.	1	

34		Контроль знаний за курс «Основы безопасности жизнедеятельности».	1	
			Итого 34	

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

8 класс

Основы безопасности жизнедеятельности

1 час в неделю, 34 часов в год.

№ п/п	Наименование раздела программы, тема.	Дата	Кол-во часов	Примечания
Раздел 1.				
Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни 11ч.				
<i>Гл 1. Пожарная безопасность 3 ч.</i>				
1	Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия. Использование средств пожаротушения.		1	

2	Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональным компьютером и др.		1	
3	Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах. Использование индивидуальных средств защиты (домашней медицинской аптечкой, респиратора, противогаза).		1	
Гл.2. Безопасность на дорогах 2ч.				
4	Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей.		1	
5	Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров. Велосипедист-водитель транспортного средства.		1	
Гл.3. Безопасность на водоемах 3ч.				
6	Безопасное поведение человека в природных условиях: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывания огня, воды, пищи, сооружение временного укрытия.		1	
7	Безопасное поведение на водоемах в различных условиях. Безопасный отдых на водоемах.		1	
8	Оказание помощи терпящим бедствие на воде.		1	
Гл.4. Экология и безопасность 3ч.				
9	Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека. Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами.		1	
10	Предельно допустимые концентрации (пдк) вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.		1	
11	Основы безопасного поведения в ЧС. ЧС природного характера и поведение в случае их возникновения.		1	
Раздел 2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность населения 11ч.				
Гл.5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия 3ч.				
12	Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.		1	

13	Аварии на радиационно -опасных объектах и их возможные последствия. Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия.		1	
14	Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.		1	
Раздел 3. Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций 8 ч.				
<i>Гл.6. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения 2 ч.</i>				
15	Обеспечение радиационной безопасности населения. Обеспечение химической защиты населения.		1	
16	Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях.		1	
<i>Гл.7. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера 3ч.</i>				
17	Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Действия населения по сигналу «Внимание всем!» и сопровождающей речевой информацией.		1	
18	Эвакуация населения. Средства коллективной защиты и правила пользования ими.		1	
19	Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.		1	
<i>Гл.8. Общие понятия об терроризме и экстремизме 3 ч.</i>				
20	Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы защиты.		1	
21	Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятиях, на стадионах).		1	
22	Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта. Поведение при похищении или захвате в качестве заложника.		1	
Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 12ч.				
<i>Гл.9. Основы здорового образа жизни 8ч.</i>				
23	Общие понятия о здоровье как основной ценности человека.		1	

24	Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность.		1	
25	Репродуктивное здоровье – составляющая здоровья человека и общества.		1	
26	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.		1	
27	Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний		1	
28	Вредные привычки и их влияние на здоровье.		1	
29	Профилактика вредных привычек.		1	
30	Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности.		1	
Гл.10. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи 4 ч.				
31	Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение.		1	
32	Первая медицинская помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами .		1	
33	Первая медицинская помощь при травмах. Первая медицинская помощь при утоплении.		1	
34	Первая медицинская помощь при ожогах , обморожениях, ушибах, кровотечениях.		1	
	Итого	34		

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

9 класс

Основы безопасности жизнедеятельности

1 час в неделю, 34 часов в год.

№ урока	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов	примечание
		<u>Раздел 1. Основы комплексной безопасности.</u>	<u>12</u>	
		<u>Тема 1. Национальная безопасность России в современном мире.</u>	<u>4</u>	
1		Россия в мировом сообществе.	1	
2		Национальные интересы России в современном мире.	1	
3		Основные угрозы национальным интересам и безопасности России.	1	

4	Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности.	1	
	<u>Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и национальная безопасность России.</u>	<u>3</u>	
5	Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения, их классификация.	1	
6	Чрезвычайные ситуации природного характера, их причины и последствия.	1	
7	Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и последствия.	1	
	<u>Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера и национальная безопасность России.</u>	<u>3</u>	
8	Военная угроза национальной безопасности России.	1	
9	Международный терроризм – угроза национальной безопасности России.	1	
10	Наркотизм и национальная безопасность России.	1	
	<u>Тема 4. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.</u>	<u>2</u>	
11	Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.	1	
12	Правила поведения при угрозе террористического акта.	1	
	<u>Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.</u>	<u>12</u>	
	<u>Тема 5. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</u>	<u>3</u>	
13	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1	
14	Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны.	1	
15	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций.	1	
	<u>Тема 6. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</u>	<u>5</u>	
16	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1	

17		Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.	1	
18		Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях.	1	
19		Эвакуация населения.	1	
20		Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.	1	
		<u>Тема 7. Организация борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации.</u>	<u>4</u>	
21		Законная и нормативно-правовая база по организации борьбы с терроризмом.	1	
22		Система борьбы с терроризмом.	1	
23		Государственная политика противодействия наркотизму.	1	
24		Профилактика наркомании.	1	
		<u>Раздел 3. Основы здорового образа жизни.</u>	<u>8</u>	
		<u>Тема 8. Основы здорового образа жизни.</u>	<u>3</u>	
25		Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность.	1	
26		Здоровый образ жизни и его составляющие.	1	
27		Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России.	1	
		<u>Тема 9. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье.</u>	<u>3</u>	
28		Ранние половые связи и их последствия.	1	
29		Инфекции, передаваемые половым путем.	1	
30		Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе.	1	
		<u>Тема 10. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья.</u>	<u>2</u>	
31		Брак и семья. Семья и здоровый образ жизни человека.	1	
32		Основы семейного права в Российской Федерации.	1	
		<u>Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</u>	<u>2</u>	
33		Первая медицинская помощь при массовых поражениях (практическое занятие по плану преподавателя)	1	

34		Первая медицинская помощь при передозировке в приеме психоактивных веществ.	1	
				Итого: 34