

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №1 с. Измалково  
Измалковского муниципального района  
Липецкой области»

РАССМОТРЕНА  
на заседании МО  
учителей ОБЖ и  
физической культуры  
протокол №1  
от 28.08.2019г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МБОУ СОШ  
№1с. Измалково  
Измалковского района  
от 29.08.2019г №203

**Рабочая программа учебного предмета**  
**«Основы безопасности жизнедеятельности»**  
**для 7 - 9 классов**

КЛАССЫ	УЧИТЕЛЬ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	
		В НЕДЕЛЮ	В ГОД
7А	Попов Вячеслав Николаевич	1	34
7Б	Попов Вячеслав Николаевич	1	34
8А	Попов Вячеслав Николаевич	1	34
8Б	Попов Вячеслав Николаевич	1	34
9А	Попов Вячеслав Николаевич	1	34
9Б	Попов Вячеслав Николаевич	1	34

2019 – 2020 учебный год

## **Предметные результаты освоения учебного предмета «Основ безопасности жизнедеятельности»**

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

#### **Основы комплексной безопасности**

##### **Выпускник научится:**

- 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.

**Выпускник получит 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 «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Опасные и чрезвычайные ситуации становятся все более частым явлением в нашей повседневной жизни и требуют получения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне основного общего образования и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности».

На основе программы, курс «Основ безопасности жизнедеятельности», может быть выстроен как по линейному, так и по концентрическому типу. При составлении рабочих программ в отдельных темах возможны дополнения с учетом местных условий и специфики обучения.

Освоение и понимание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на:

- воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование у обучающихся 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, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» учитывает возможность получения знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умения безопасно использовать учебное оборудование, проводить исследования, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная интеграция и связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами как «Биология», «История», «Информатика», «Обществознание», «Физика», «Химия», «Экология», «Экономическая и социальная география», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

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

### **Основы комплексной безопасности**

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. *Средства индивидуальной защиты велосипедиста.* Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах *и поездках.* Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, *самозащита покупателя*). Элементарные способы самозащиты. *Информационная безопасность подростка.*

### **Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

### **Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации**

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. *Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения.* Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении

мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **Основы здорового образа жизни**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. *Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.*

#### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. *Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика.* Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. *Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.*

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

7 класс

№ уроков	Наименование раздела, темы	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
Раздел №1	Основы комплексной безопасности			
1	Человек и окружающая среда.			
2	Безопасность на дорогах.			
3	Правила безопасного поведения пешехода.			
4	Правила безопасного поведения пассажиров.			
5	Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами.			
6	Основные правила пользования средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др.			
7	Правила безопасности в			

	туристических походах и поездках.			
8	Правила поведения в автономных условиях.			
9	Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них.			
Раздел №2	Защита населения РФ от Ч.С.			
10	Ч.С. природного характера и защита от них.			
11	Землетрясение и защита населения.			
12	Извержение вулканов. Защита населения.			
13	Оползни и обвалы, защита населения.			
14	Лавины и защита населения от них.			
15	Ураганы и бури и защита населения от них.			
16	Смерчи и защита населения.			
17	Наводнения и половодья. Защита населения.			
18	Сели и защита от них.			
19	Цунами . Защита населения.			
20	Лесные, торфяные и степные пожары. Защита населения.			
21	Эпидемии и защита населения от них.			
22	Эпизоотии и эпифитотии .Защита населения.			
23	Рекомендации по безопасному поведению.			
Раздел №3	Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в РФ.			
24	Пути и средства вовлечения подростка в террористическую , экстремистскую и наркотическую деятельность.			
25	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического			

	поведения.			
Раздел № 4	Основы медицинских знаний и ЗОЖ.			
26	Основы оказания первой помощи.			
27	Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении.			
28	Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей.			
29	Первая помощь при растяжениях .			
30	Первая помощь при укусах насекомых и змей.			
31	Первая помощь при отморожениях и общем переохлаждении.			
32	Психологическая уравновешенность.			
33	Стресс и его влияние на человека.			
34	Анатомно-физиологические особенности человека в подростковом возрасте ..			

#### 8 класс

№ уроков	Название раздела, темы.	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
Раздел №1	Основы комплексной безопасности			
1	Безопасность на дорогах.			
2	Правила безопасного поведения велосипедиста.			
3	Средства индивидуальной защиты велосипедиста.			
4	Пожар его причины и последствия.			
5	Правила поведения при пожаре.			
6	Первичное средство пожаротушения.			
7	Водоемы.			
8	Правила поведения у воды.			
9	Оказание помощи на воде.			
10	Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.			

11	Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.			
Раздел № 2	Защита населения Российской Федерации от Ч.С.			
12	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них.			
13	Аварии на радиационно- опасных объектах.			
14	Аварии на химически опасных объектах.			
15	Аварии на пожароопасных и взрывоопасных объектах экономики.			
16	Аварии на транспорте.			
17	Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия			
18	Рекомендации по безопасному поведению.			
19	Средства индивидуальной и коллективной защиты.			
20	Правила пользования средствами индивидуальной и коллективной защиты.			
21	Действие по сигналу « Внимание всем!».			
22	Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.			
Раздел №3	Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в РФ.			
23	Личная безопасность при террористических актах.			
24	Личная безопасность при обнаружении неизвестного предмета.			
25	Личная безопасность при возможной угрозе взрыва и при взрыве.			
Раздел №4	Основы медицинских знаний и ЗОЖ.			
26	Основные понятия о здоровье и о ЗОЖ.			

27	Составляющие и факторы ЗОЖ( Физическая активность, питание. режим дня, гигиена).			
28	Вредные привычки и их факторы.			
29	Навязчивые действия и игромания и их влияние на здоровье.			
30	Употребление алкоголя и наркотических веществ, их влияние на здоровье.			
31	Курение табака и курительных смесей, их влияние на здоровье.			
32	Профилактика вредных привычек и их факторов.			
33	Основы оказания первой помощи.			
34	Первая помощь при вывихах и переломах.			

9 класс

№ уроков	Название раздела, темы.	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
Раздел №1	Основы комплексной безопасности			
1.	Безопасность на дорогах			
2.	Правила безопасного поведения пешеходов, пассажиров и велосипедистов			
3.	Средства индивидуальной защиты велосипедистов			
4.	Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера			
5.	Правила безопасного поведения в криминогенной ситуации на улице			
6.	Правила безопасного поведения в квартире, подъезде и лифте			
7.	Правила безопасного поведения и способы защиты при карманной краже			
8.	Правила безопасного поведения и способы защиты при попытке мошенничества. Самозащита покупателя			
9.	Элементарные способы самозащиты			

10.	Информационная безопасность подростка			
11.	Ответственность несовершеннолетних за правонарушения			
Раздел №2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций			
12	МЧС России-федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС.			
13	Мониторинг и прогнозирование ЧС.			
14	Инженерная защита населения и территорий от ЧС.			
15	Оповещение и эвакуация населения в условиях ЧС.			
16	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.			
Раздел №3	Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации			
17	Терроризм –сущность и угрозы безопасности личности и общества			
18	Экстремизм-сущность и угрозы безопасности личности и общества			
19	Наркотизм-сущность и угрозы безопасности личности и общества			
20	Личная безопасность при похищении и захвате в заложники			
21	Личная безопасность при попытке похищения			
22	Личная безопасность при проведении мероприятий по освобождению заложников			
23	Личная безопасность при посещении массовых мероприятий			
Раздел №4	Основы здорового образа жизни			
24	Семья в современном обществе			
25	Права и обязанности в семье			
26	Защита прав ребенка			
27	Здоровый образ жизни, его составляющее и значение для			

	личности, общества и государства			
28	Мероприятия и факторы укрепляющее и разрушающее здоровье			
Раздел №5	Основа медицинских знаний и оказание первой помощи			
29	Основные неинфекционные заболевания, их профилактика			
30	Основные инфекционные заболевания, их профилактика			
31	Первая помощь при тепловом и солнечном ударе			
32	Первая помощь при остановке сердечной деятельности			
33	Первая помощь при коме			
34	Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током. Первая помощь при отравлении.			