

04.02

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя школа села Троекурово
Чаплыгинского муниципального района
Липецкой области

Приложение к ООП ООО

Рабочая программа по учебному предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»

5 -8 класс

2019-2024 учебный год.

Внесены изменения:

(протокол № 1 от 26августа 2022г. приказ № 78 от 26 августа 2022г.)

Разработали: Майорова Т.В, Захарова Л.В

Рассмотрена на заседании педагогического совета

Протокол №1 от « 26 » августа 2019 года

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

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;
- 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 6 класс (34ч)

Раздел I. Введение (1 час).

Необходимость изучения предмета ОБЖ.

Раздел II. На игровой площадке (6 часов).

Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учетом сезона, состояния погоды и степени подвижности игр./ Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием и сооружениями на площадке, езде на велосипеде./ Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. /Первая помощь при переломах и вывихах./ Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки. Опасные игры.

Раздел III. На природе (11 часов).

Ориентирование на местности. Что такое ориентир./ Ориентирование по компасу; солнцу и часам; полярной звезде; местным признакам. /Измерение расстояния на местности. /Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе. /Общие правила поведения во время экскурсий на природу./ Правила поведения в экстремальных ситуациях/. Опасные встречи (звери, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи, других животных. /Правила поведения на водоемах. /Выбор и оценка места для купания/. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. /Оценка состояния льда для передвижения по нему в осеннее, зимнее и весеннее время. Переправа через водные преграды. /Экскурсии на природу.

Раздел IV. Туристический поход: радость без неприятностей (10 часов).

Наше отношение к туристическому походу. Какие походы нам известны и какие мы предпочитаем. Правила организации безопасного туристического похода. /Подготовка к походу: подбор личного и группового снаряжения, продуктов./ Одежда и обувь для похода, требования к ним./ Правила подготовки рюкзака. Индивидуальная подгонка (регулировка) рюкзака./ Спальный мешок./ Подготовка аптечки для похода./ Подбор лекарственных средств, инструментов и материалов для оказания первой помощи. Лесная аптечка. /Режим дня в тур. походе. Правила организации сна, отдыха, передвижения. Организация питания в походе./ Походная еда. Правила, обеспечивающие безопасность

питания в условиях похода./ Первая помощь при потертостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах.

Раздел V. Когда человек сам себе враг (6 часов).

Человек сам создает проблемы для своего здоровья. При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вред алкоголя для растущего организма. Курение наносит значительный вред организму. Вредные и опасные привычки. О чем мы узнали за два года? Чему научились? Что еще хотим узнать об основах безопасности жизнедеятельности подростка?

Практические работы.

Первая помощь при травмах. Оценка поз собаки; первая помощь при укусе. Ориентирование на местности; измерение расстояний на местности (в классе, на участке школы, в ближайшем парке). Оказание помощи при укусе насекомых и змей. Заполнение таблицы «Что мы берем в поход» (анализ иллюстраций учебника, с. 134). Режим дня в многодневном туристическом походе. Составление памятки «Питьевой режим и меню питания в походе (на экскурсии)». Сравнение особенностей ядовитых и съедобных грибов.

Проектная деятельность по темам

«Экскурсии в природу»; «Вредные и опасные привычки».

В качестве промежуточной аттестации предусмотрена итоговая контрольная работа за год.

Содержание учебного предмета ОБЖ

7 класс(34 часа)

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.

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

Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте

Здоровый образ жизни. Что это?

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

Расширение кругозора. Русская баня и здоровье; польза закаливания Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать 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 белков. Благотворное воздействие зелёного чая 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 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 — 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

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.

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. Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах. Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.

Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны. Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.

Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище.

Итоговое контрольное тестирование.

Итоговое повторение и обобщение

Содержание учебного предмета для 8 класса(34 ч.)

Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе .

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. 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 .

Современный транспорт и безопасность .

Транспорт в современном мире. 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

Безопасный туризм

Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, мото- 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

Итоговое контрольное тестирование

Итоговое повторение и обобщение

Тематическое планирование

с указанием количества часов,

отводимых на освоение каждой темы

«Основы безопасности жизнедеятельности» - 6 класса

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов
	I.Раздел Введение	1
1	1.Необходимость изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».	1
	II.Раздел На игровой площадке	6
1	Подготовка к прогулке.	1

2	На игровой площадке.	1
3	На игровой площадке.	1
4	Учимся оказывать помощь. <i>Практическая работа «Первая помощь при травмах».</i>	1
5	Встреча с животным. <i>Практическая работа «Оценка поз собаки. Первая помощь при укусе».</i>	1
6	Обобщение по теме: «На игровой площадке».	1
	III.Раздел На природе	11
1	<i>Практическая работа «Ориентирование».</i>	1
2	<i>Практическая работа «Ориентирование по компасу»</i>	1
3	<i>Практическая работа «Ориентирование без компаса».</i>	1
4	<i>Практическая работа «Измерение расстояний на местности»</i>	1
5	Правила поведения на экскурсии или прогулке.	1
6	. Если встретилась опасность..	1
7	На водоеме	1
8	На водоеме	1
9- 10	Проектная деятельность.	2
11	Обобщение по теме: «На природе». К/р	1
	IV.Раздел Туристический поход: радость без неприятностей.	10
1	Любим ли мы туристические походы.	1
2	Любим ли мы туристические походы.	1
3	Правила организации безопасного похода. <i>Практическая работа «Что мы берем в поход»</i>	1
4	Правила организации безопасного похода.	1
5	Походная аптечка.	1

6	Походная аптечка.	1
7	Режим дня в туристическом походе. <i>Практическая работа</i> : «Режим дня в многодневном туристическом походе».	1
8	Походная еда. <i>Практическая работа</i> : «Питьевой режим и меню питания туристов в походе.	1
9	Первая помощь пострадавшему в походе. <i>Практическая работа</i> «Сравнение особенностей ядовитых и съедобных грибов	1
10	Обобщение по теме: «Туристический поход: радость без неприятностей». К/р	1
	V.Раздел Когда человек сам себе враг	6
1	Когда человек сам себе враг.	1
2	Вред алкоголя.	1
3	Вред алкоголя.	1
4	Вред курения	1
5	Итоговая контрольная работа за год.	1
6	Проектная деятельность.	1
	Итого	34

Тематическое планирование

с указанием количества часов,

отводимых на освоение каждой темы

«Основы безопасности жизнедеятельности» - 7 класса

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов
	Введение.	2
1	Цели предмета ОБЖ .	1
2	Окружающая среда и безопасность.	1

	Здоровый образ жизни. Что это	14
1	Зависит ли здоровье от образа жизни?	1
2	Слагаемые здоровья.	1
3	Значение физической культуры для здоровья человека.	1
4	Закаливание как способ тренировки организма.	1
5	Правила рационального питания.	1
6	Продукты питания как экологический фактор.	1
7	Питание и болезни. Диета.	1
8	Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека.	1
9	Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.	1
10	Человек — социальное существо.	1
11	Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.	1
12	Репродуктивное здоровье.	1
13	Риски старшего подросткового возраста.	1
14	Обобщение пройденного.	1
	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.	18
1	.Пожар. Причины пожаров.	1
2	Правила пожарной безопасности.	1
3	Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения	1
4	Помощь при ожогах.	1
5	Залив жилища.	1
6	Правила пользования электроприборами.	1
7	Первая помощь при электротравмах.	1
8	Правила пользования газовыми приборами.	1
9	Правила безопасности при пользовании бытовой химией.	1
10	Обобщение пройденного.	1
11	Досуг в городе; каких мест лучше избегать.	1
12	.Меры предосторожности в лифте и на лестнице.	1
13	Правила поведения при нападении. Самооборона.	1

14	Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер.	1
15	Экстрим в игре и спорте.	1
16	Неразорвавшиеся боеприпасы.	1
17	Контрольное тестирование.	1
18	Обобщение пройденного.	1
	Итого	34

Тематическое планирование

с указанием количества часов,

отводимых на освоение каждой темы

«Основы безопасности жизнедеятельности» - 8 класса

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов
	Опасности, с которым и мы сталкиваемся на природе.	8
1	Ядовитые растения и грибы.	1
2	Поведение в лесу при встречах с опасными животными.	1
3	Гроза в лесу.	1
4	Причины возникновения опасных ситуаций на воде.	1
5	Умение отдыхать на воде. Правила катания на лодке.	1
6	Помощь утопающему. Приёмы проведения искусственного дыхания.	1
7	Правила поведения на льду.	1
8	Обобщающее повторение.	1
	Современный транспорт и безопасность .	10
1	Транспорт в современном мире.	1
2	Чрезвычайные ситуации на дорогах.	1
3	Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	1

4	Помощь пострадавшим при ДТП.	1
5	Метро — транспорт повышенной опасности.	1
6	Авиакатастрофы .	1
7	Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера.	1
8	Особенность железнодорожного транспорта.	1
9	Правила поведения при крушении поезда, возникновении пожара.	1
10	Обобщающее повторение.	1
	Безопасный туризм.	14
1	Виды активного туризма	1
2	Обеспечение безопасности в туристических походах.	1
3	Движение по туристскому маршруту.	1
4	Правила безопасности в туристическом походе.	1
5	Требования к составлению графика движения туристской группы.	1
6	Требования к составлению графика движения туристской группы.	1
7	Преодоление естественных препятствий.	1
8	Обеспечение безопасности при выборе места для бивака.	1
9	Если турист отстал от группы.	1
10	Подготовка к водному туристскому походу.	1
11	Подготовка к водному туристскому походу.	1
12	Обеспечение безопасности в водном туристском походе	1
13	Узлы в туристском походе.	1
14	Обобщающее повторение.	1
	Итоговое тестирование	1
	Обобщающее повторение. за курс "ОБЖ" 8 кл.	1
	Итого	34