

АДМИНИСТРАЦИЯ ОКТЯБРЬСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ-
ЛИЦЕЙ № 62

УТВЕРЖДЕНО



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат 45AB760019ADEAAE48411FAD741EC1E9
Владелец Зотова Марина Вячеславовна
Действителен с 29.04.2021 по 29.04.2022



Директор МАОУ «Лицей № 62»

З.В. Медведева

Приказ № 259 от 08 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основам безопасности жизнедеятельности

Уровень образования **7-9 классы**

Количество часов **102**

Программа разработана на основе:

примерной программы основного общего образования по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»;

авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности. 7-9 классы»
Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин. – М.: Вентана-Граф, 2020.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7-9 классов составлена на основе примерной программы основного общего образования по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» и авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников 7-9 классы. Под редакцией Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин», издательство Вентана-Граф, 2020.

Программа ориентирована на использование учебника:

Основы безопасности жизнедеятельности. 7-9 классы: учебник для общеобразовательных организаций/ Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин/ 4-е издание, стереотип. - М.: Вентана-Граф, 2020.

В учебном плане МАОУ «Лицей № 62» на изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» отводится в 7 классе 1 час в неделю, 34 часа в год, в 8 классе 1 час в неделю, 34 часа в год, в 9 классе 1 час в неделю, 34 часа в год. Программой предусмотрено проведение 3 контрольных работ.

Цели и задачи:

Рабочая программа имеет цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Рабочая программа способствует решению следующих задач:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Данный учебный предмет, введенный в учреждениях общего и профессионального образования, представляет собой один из немногих интегрированных образовательных курсов. Его уникальная особенность обусловлена высокой социальной значимостью и общей воспитательной направленностью. Он включает в себя важнейшие компоненты, относящиеся к формированию культуры здорового образа жизни, бережному отношению к своему здоровью, умению сказать «нет» вредным привычкам

Формы организации учебной деятельности: фронтальная, групповая, индивидуальная

При организации процесса обучения в рамках данной программы предполагается применение следующих педагогических технологий обучения: личностно-ориентированная, деятельностная технология, практико-ориентированный подход, ИКТ и др.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольного теста.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты:

- 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;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 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;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

7 класс

Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Проблема здорового образа жизни. Как ее решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ. Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.

Зависит ли здоровье от образа жизни. Физическое здоровье.

Здоровый образ жизни. Что это такое? Зависит ли здоровье от образа жизни. Физическое здоровье человека. Значение физической культуры для здоровья человека. Закаливание – способ тренировки организма. Правила личной гигиены. Расширение кругозора. Русская баня и здоровье; польза закаливания.

Практическая работа 1. Составление программы закаливания

Правильное питание.

Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки – важнейший строительный материал для организма. Углеводы и жиры – источник энергии для организма. Питаемся правильно. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.

Расширение кругозора. Благотворное воздействие зеленого чая

Практическая работа 2. Анализ «пищевой пирамиды»

Практическая работа 3. Составление рационального питания

Практическая работа 4. Анализ информации, которая расположена на этикетке какого-либо продукта.

Практическая работа 5. Выявление проблемы лишнего веса.

Психическое здоровье человека.

Психическое здоровье – эмоциональное благополучие человека. Причины появления вредных шумов. Воздействие шума на организм человека. Общение с компьютером. Информационная безопасность.

Практическая работа 6. Снятие напряжения с разных групп мышц

Практическая работа 7. Развитие волевых качеств

Практическая работа 8. Источники шума в вашей квартире.

Социальное здоровье человека

Что определяет социальное здоровье? Социальная среда – обязательное условие развития человека. Общение – ценная деятельность человека. Учение – социально важная деятельность. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Расширение кругозора. Дети – маугли.

Репродуктивное здоровье подростков и его охрана

Репродуктивное здоровье – способность человека к воспроизведению. Особенности развития девочек и мальчиков (девушек и юношей). Риски старшего подросткового возраста.

Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту.

Пожар – чрезвычайная ситуация. Причины и последствия пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Алгоритм действия во время пожара. Организация эвакуации из горящего здания. Меры безопасности при пользовании пиротехникой. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Бытовая химия: безопасность использования.

Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах. Опасное электричество. Правила пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.

Практическая работа 9. Правила пользования газовыми и электроприборами.

Практическая работа 10. Устройство пожарного крана и порядок использования хранящегося в нем пожарного инвентаря

Практическая работа 11. Устройство и порядок пользования огнетушителей углекислотного и воздушно-пенного.

Разумная предосторожность

Предвидение опасностей при выборе места отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Меры предосторожности, если вам звонят в дверь.

Практическая работа 12. Психологическая готовность к встрече с преступником

Практическая работа 13. Поведение при проникновении злоумышленника в квартиру

Практическая работа 14. Использование подручных предметов самообороны

Опасные игры

Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений.

8 класс

Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе .

Лес – это серьезно. Ядовитые растения нашей местности, особенности их влияния на здоровье человека. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Действия, опасные во время грозы.

Водоём зимой и летом. Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Действия в неожиданных ситуациях. Выполнение правил поведения при купании. Умение отдыхать на воде. Правила катания на лодке. Приёмы проведения искусственного дыхания. Правила поведения на льду. Экстрим-отдых на воде. Расширение кругозора. Ядовитые растения, мифы о грибах, опасные земноводные.

Практическая работа 1. Помощь тонущему человеку, а также провалившемуся под лёд

Практическая работа 2. Приёмы проведения искусственного дыхания.

Современный транспорт и безопасность

Транспорт в современном мире. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение ПДД как главная причина дорожных происшествий. Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. Поведение на борту авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила поведения. Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы: правила поведения. Опасные игры на железнодорожном транспорте. Отрицательное отношение к ним. Расширение кругозора. *Экологически безопасный транспорт, ремни безопасности, наказания за нарушения правил безопасного полета.*

Практическая работа 3. Первая помощь при кровотечениях и травмах

Практическая работа 4. Спасательное оборудование, действия при аварийной посадке самолёта.

Безопасный отдых и туризм

Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение походной туристской группы. Обеспечение безопасности в туристских походах: виды опасностей. Движение по маршруту, график движения. Правила преодоления естественных препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, если он отстал от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды.

Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Снаряжение для водного туризма. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

Практическая работа 5. Оценка «должностных» обязанностей туриста в туристской группе

Практическая работа 6. Правильное распределение снаряжения между участниками похода

Практическая работа 7. Составление графика движения туристской группы по маршруту

Практическая работа 8. Составление и обыгрывание программы действий туриста в аварийной ситуации «отстал от группы»

Практическая работа 9. Освоение разных видов узлов.

9 класс

Когда человек сам себе враг

Почему курят подростки? Чем опасен сигаретный дым? Негативное влияние курения на организм подростка. Физическое состояние подростка-курильщика. Алкоголь – разрушитель личности: воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Наркотики – яд. Влияние наркотиков на организм: распад личности человека под влиянием наркотиков. Токсикомания – страшная зависимость. Детская игромания – болезненное состояние, которое отражает неуправляемую зависимость человека от процесса игры, неоправданное желание с её помощью устранить свои проблемы.

Практическая работа 1. Изучение документа: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС), их характер и особенности. Система оповещения в ЧС, общие правила эвакуации.

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них. Характеристика наиболее распространённых и опасных ЧС. Геофизические чрезвычайные ситуации: землетрясение как геофизическое природное явление; наводнения, природные пожары, извержения вулкана, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных ЧС. Поведение во время природных ЧС.

Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита от них: эпидемии, энзоотии, эпизоотии (без обязательного усвоения термина). Пути заражения. Способы предупреждения заражения.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: причины и виды. Безопасное поведение в техногенных ЧС.

Практическая работа 2. Линия поведения в чрезвычайных ситуациях

Практическая работа 3. Первая помощь при травмах, кровотечениях, открытых кровотечениях

Практическая работа 4. Первая помощь при отравлении химическими веществами

Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации.

Экстремизм и терроризм. Крайние проявления экстремизма. Проявления терроризма. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Пути снижения угрозы теракта. Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения), при обнаружении неизвестного предмета. Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Что такое национальная безопасность? Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации.

Практическая работа 5. Изучение документа Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности»

Практическая работа 6. Изучение документа Федеральный закон «О противодействии терроризму»

Практическая работа 7. Общие правила оказания первой медицинской помощи.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Наименование раздела	7 класс	8 класс	9 класс
Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	2 часа		
Зависит ли здоровье от образа жизни. Физическое здоровье	4 часа		
Правильное питание	4 часа		
Психическое здоровье человека	3 часа		
Социальное здоровье человека	2 часа		
Репродуктивное здоровье подростков и его охрана	2 часа		
Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту	9 часов		
Разумная предосторожность	4 часа		
Опасные игры	2 часа		
Итоговая контрольная работа	1 час	1 час	1 час
Итоговое повторение и обобщение	1 час	1 час	1 час
Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе		7 часов	
Современный транспорт и безопасность		10 часов	
Безопасный туризм		15 часов	
Когда человек сам себе враг			7 часов
Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера			15 часов
Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера Экстремизм и терроризм			10 часов
Итого:	34 часа	34 часа	34 часа

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания научно-методического объединения учителей физического воспитания и ОБЖ
от _____ 2020 года № 1
_____ Е.Н. Колешко

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебной работе
_____ Д.А. Сторожилова
_____ 2020 года