

**Рабочая программа**  
**учебного предмета**  
**«Основы безопасности жизнедеятельности»**  
**5 - 9 классы**

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» 5 – 9 классы разработана на основе УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» - Н.Ф. Виноградова Москва «Вентана - Граф», 2017 г.

## **1. Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

### **Личностные результаты:**

- освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

### **Метапредметные результаты.**

#### **Познавательные:**

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации, обобщения получаемой информации;
- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из разных источников (текст, иллюстрация, графическое представление);
- сравнивать чрезвычайные ситуации, классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, отдельными природными и техногенными происшествиями.

#### **Регулятивные:**

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях;
- контролировать своё поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;
- оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

#### **Коммуникативные:**

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу; составлять обоснованные суждения о правилах поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

### **Предметные результаты**

#### *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;
- 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;
  - 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;
- 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;
- основам самоконтроля, самооценки, принятию решений и осуществлению 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.

## **2. Содержание учебного предмета.**

### **5 класс**

Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ.

Организм человека как единое целое.

Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм.

Выполнение правил бережного отношения к нервной системе.

О чём рассказывает пульс.

Дыхательная система человека, её функции и значение.

Питание школьника-подростка.

Первая помощь при отравлениях и пищевой аллергии.

Правила бережного отношения к органам чувств.

«Знаете ли вы себя?»

Факторы, влияющие на здоровье.

Гигиенические процедуры младшего подростка.

Заболевания, вызванные отсутствием гигиены.

Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.  
Закаливание-средство охраны и укрепления здоровья.  
Правила безопасного пользования компьютером.  
Что такое здоровый образ жизни.  
Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте.  
Животные, распространяющие инфекцию(мыши,тараканы,клопы)  
Техника безопасности в доме.  
Первая помощь при ушибах, и отравлении клеем, его парами,газом.  
Школьная жизнь начинается с дороги.  
Пешеходы и пассажиры –участники дорожного движения.  
Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности.  
Дорожное движение в населённом пункте и за городом.  
Школьник как пассажир.  
Ориентировка в школьных помещениях.  
Поведение на занятиях,переменах,во время передвижения по школе,в столовой.  
Меры предупреждения пожаров,правила эвакуации при пожаре.  
Как вести себя,если в школе начался пожар.

### **6 класс**

Необходимость изучения предмета ОБЖ

Символическое изображение правил ОБЖ

Необходимость правильной подготовки к прогулке для устранения причин неприятных последствий

Выбор одежды и обуви с учётом времени года, состояния погоды, предполагаемых занятий и игр на прогулке

Причины возникновения рискованных и опасных ситуаций во время прогулки

Правила проведения спортивных игр

Правила езды на велосипеде, на роликовых коньках

Первая помощь при переломах и вывихах

Поиск подростками «приключений» оправдан ли риск

Животные на игровой площадке. Особенности поведения собаки в зависимости от настроения, ожидания опасности, отношения к человеку.

Правила поведения при встрече с собакой, находящейся без хозяина.

Ориентирование на местности. Что такое ориентир.

Ориентирование по компасу, солнцу и часам, Полярной звезде, местным признакам.

Измерение расстояния на местности.

Практические работы на местности.

Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе.

Общие правила поведения во время экскурсий в природу.

Правила поведения экстремальных (аварийных) ситуациях (потеря ориентировки, незнакомая местность и др.)

Опасные встречи (звери, насекомые, змеи.)

Первая помощь при укусе насекомого, змеи, других животных.

Какие змеи обитают в разных регионах нашей страны. Внешний вид, повадки разных змей: обыкновенной гадюки, гюрзы, эфы. Опасность, которую представляют эти змеи. Правила поведения при встрече со змеёй.

Определение ядовитых растений и грибов по внешнему виду.

Правила поведения на водоёмах. 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.

Работа с рубрикой « Медицинская страничка»

## 7 класс

Характеристика понятий ОБЖ. Инструктаж по ТБ.

Анализ и оценка подготовленных суждений- значение термина или понятия.

Наше отношение к туристскому походу.

Какие походы нам известны и какие мы предпочитаем.

Выбираем вид похода

Правила организации безопасного туристического похода

Подготовка к походу: подбор личного и группового снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода, требования к ним.

Правила упаковки рюкзака. Индивидуальная подгонка (регулировка) рюкзака.

Спальный мешок.

Подготовка аптечки для похода. Подбор лекарственных средств, инструментов и материалов для оказания первой помощи.

Лесная аптека

«Советы для туриста» (анализ информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка»).

Турист должен знать лекарственные растения, которые помогут ему справиться с непредвиденными ситуациями (отравлением, ожогом, травмами кожи, усталостью и др.)

Характеристика некоторых лекарственных растений данной местности: внешний вид, лечебные свойства, способ применения.

Режим дня в туристическом походе.

Правила организации сна, отдыха, передвижения.

Организация питания в походе. Походная еда.

Правила, обеспечивающие безопасность питания в условиях похода.

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах.

Сравнение особенностей ядовитых и съедобных грибов

Обстоятельства, при которых у подростков возникают вредные привычки.

Характеристика понятия «вредная привычка».

Негативное влияние вредных привычек на здоровье, самочувствие, успешность обучения и умственную деятельность подростка.

Результаты социологических исследований об употреблении алкоголя подростками.

Алкоголь-причина преступлений подростков и юношей.

Страницы истории: как относились наши предки к алкогольной зависимости.

Вред алкоголя для здоровья и самочувствия подростков.

Курение наносит значительный вред организму.

Почему я бросил курить

Проектная деятельность

Проектная деятельность

О чем вы узнали за три года обучения курса ОБЖ? Чему научились? Что еще хотим узнать об основах безопасности жизнедеятельности подростка?

## 8 класс

Почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Задачи предмета ОБЖ.

Современная семья: типы и характеристика. Функции семьи. Условия благополучия детей в семье.

Влияние семьи на развитие ребенка.

Защита семьи и детей со стороны государства. Государственные документы, государственные институты, определяющие формы и методы защиты семьи.

Репродуктивное здоровье подрастающего поколения. Что

такое здоровье? Условия физического здоровья.

Психическое здоровье человека, условия его сохранения.

Что такое эмоциональное здоровье? Условия сохранения эмоционального здоровья школьника.

Социальное здоровье как система отношений человека к окружающим людям, обществу и государству, а так же к самому себе.

Неблагополучная экологическая ситуация и зоны риска.

Факторы неблагоприятной экологической обстановки.

Негативное влияние хозяйственной деятельности человека.

Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье органов чувств.

Причины и последствия пожара.

Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии.

Правила поведения при заливе квартиры.

Правила пользования электроприборами.

Компьютер и безопасное его использование.

Чрезвычайные ситуации в быту: утечка бытового газа, химические вещества.

Разумная предосторожность при выборе места игр и отдыха. Опасные игры.

Правила пользования газовыми приборами и электроприборами.

Оказание помощи при ожогах, отравлениях, переломах.

Транспорт в современном мире.

Чрезвычайные ситуации на дорогах.

Правила езды велосипедиста.

Опасные игры на дорогах: скейтбординг, бокинг, ВМХ.

Опасные ситуации в метро.

Авиакатастрофы, правила поведения на борту авиалайнера.

Железнодорожные катастрофы. Зацепинг - опасная игра.

Первая помощь при кровотечениях

## 9 класс

Обеспечение безопасности в туристском походе

Объективные трудности туристского похода

Правила безопасности в турпоходе

График движения

Если турист отстал от группы

Туризм и экология окружающей среды

Безопасность в водном турпоходе

Узлы в турпоходе

Сигналы бедствия

Почему подростки курят?

Что можно обнаружить в табачном дыму?

Физическое, психическое, эмоциональное состояние подростка-курильщика

Разрушение личности под влиянием наркомании

Игромания - вредная зависимость

Краткая характеристика используемых в теме понятий

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Деятельность по предупреждению природных ЧС

Предупреждение распространения инфекции

Система оповещения в чрезвычайных ситуациях

Общие правила при эвакуации

Природные чрезвычайные ситуации на территории России

Классификация природных ЧС: геофизические (землетрясения, извержения вулканов), метеорологические (ураганы, буры, смерчи), гидрологические (наводнения, цунами), природные пожары (лесные, степные, торфяные), биологические (эпидемии, эпизоотии)

Предвестники ЧС



Особенности поведения во время различных природных ЧС

Последствия ЧС

Экстремизм, терроризм (характеристика понятий)

Законодательство Российской Федерации о противодействии экстремизму, терроризму

Крайние проявления экстремизма

Поведение при обнаружении подозрительного бесхозного предмета; взятии в заложники, во время спецоперации по освобождению заложников; после взрыва в жилом доме

### 3. Тематическое планирование.

#### 5 класс

№	Название темы, раздела	Направления воспитания	Количество часов
1	Введение	Нравственное Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	1
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	11
3	Здоровы образ жизни	Умственное Здоровьесберегающее Физическое	7
4	Мой безопасный дом	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	4
5	Дорога в школу и обратно	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	6
6	Общие правила школьной жизни	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	4
7	Резерв		1
	<b>Итого</b>		<b>34</b>

#### 6 класс

№	Название темы, раздела	Направления воспитания	Количество часов
1	Введение	Нравственное Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	2
2	Подготовка к прогулке	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	5
3	Оказание первой помощи	Умственное Здоровьесберегающее Физическое	3

4	Встреча с животными	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	2
5	Ориентирование	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	5
6	Правила поведения во время прогулок и экскурсий	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	2
7	Если встретилась опасность	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое Нравственное	4
8	Знания о змеях и растениях	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое Нравственное	2
9	Безопасное поведение на водоемах	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое Нравственное	5
10	Проектная деятельность		2
11	Резерв		2
	<b>Итого</b>		<b>34</b>

#### 7 класс

№	Название темы, раздела	Направления воспитания	Количество часов
1	Введение	Нравственное Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	2
2	Туристские походы	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	17
3	Вредные привычки	Умственное Здоровьесберегающее Физическое	9
4	Проектная деятельность	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	2
5	Обобщение пройденного материала	Умственное Здоровьесберегающее Физическое	1

6	Резерв		3
	<b>Итого</b>		<b>34</b>

### 8 класс

№	Название темы, раздела	Направления воспитания	Количество часов
1	Введение	Нравственное Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	2
2	Современная семья как институт воспитания	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	4
3	Здоровый образ жизни	Нравственное Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	4
4	Человек и окружающая среда	Нравственное Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	4
5	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	Нравственное Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	9
6	Современный транспорт и безопасность	Нравственное Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	8
7	Резерв		3
	<b>Итого</b>		<b>34</b>

### 9 класс

№	Название темы, раздела	Направления воспитания	Количество часов
1	Безопасный отдых и туризм	Нравственное Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	10
2	Когда человек сам себе враг	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое Умственное	5
3	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения	Здоровьесберегающее	12

		Физическое	
4	Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации	Умственное Социально-коммуникативное Здоровьесберегающее Физическое	5
5	Резерв		2
	<b>Итого</b>		<b>34</b>