

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа с. Русская Васильевка
муниципального района Кошкинский Самарской области

ПРОВЕРЕНО
Зам. директора по УВР
 /Мингалиева Г.М./
«18» августа 2021г

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____/Корнилова Л.П./
Приказ № 51 – от ____ от
«18» августа 2021г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет основы безопасности жизнедеятельности Класс 7-9

Учитель Аюпова Алсу Равиловна
(фамилия, имя, отчество)

Количество часов по учебному плану 7-9 класс, 1ч в неделю, 102 часа, 34 недели

Составлена в соответствии с программой:

Рабочие программы. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы.

Н.Ф.Виноградова, Д.В. Смирнов., А.Б. Таранин. -М: Просвещение, 2021

Рекомендована (утверждена)

(кем рекомендована, утверждена программа, когда)

Рассмотрена на заседании МО учителей ГБОУ СОШ с. Русская Васильевка

(название методического объединения)

Протокол № 3 от « 25 » июня 2021г.

Председатель МО Мингалиева Г.М.
(фамилия, имя, отчество)


(подпись)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа составлена на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ МОН РФ от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (с изменениями и дополнениями)
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (в редакции от 25.12.2013) « Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» со всеми изменениями и дополнениями;
- Приказ Минобрнауки России «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования» от 30.08.2013 №1015;
- Приказ Минпросвещения, №254 от 20.05.20 «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 N 373 (ред. от 11.12.2020) "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования"
- Основная образовательная программа основного общего образования, составленная на основе Примерной образовательной программы основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. №1/15), утвержденная приказом директора ГБОУ СОШ с. Русская Васильевка от 02.09.2015 № 2/1;
- учебный план общеобразовательного учреждения, утверждаемый ежегодно приказом директора ГБОУ СОШ с. Русская Васильевка.
- Рабочая программа воспитания, утвержденная приказом директора №35-од от 14.04.2021.

-При реализации программы используется следующее УМК:

Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В. и другие. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-7 классы. М.: Вентана-Граф, 2021.

Основные цели изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»:

формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих;

развитие навыков сохранения жизни и здоровья в не- благоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим;

воспитание способности к самоконтролю и самооценке поведения в ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего и чужого поведения;

воспитание организованности, дисциплинированности, стремления к самосовершенствованию, физическому и духовно-нравственному развитию.

Особенность курса «Основы безопасности жизнедеятельности» состоит в его практической направленности. Главными методами обучения являются **рефлексивный анализ конкретных жизненных ситуаций**, с которыми могут встретиться обучающиеся, а также **практические занятия**, на которых они получают умения и навыки, необходимые для предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, правильного поведения в тех случаях, если они произошли. В процессе изучения курса не только расширяются представления обучающихся о правилах безопасности в повседневной жизни, но и обсуждаются конкретные реальные ситуации, связанные с бытовыми, природными, техногенными и социальными явлениями, которые могут

быть опасны для здоровья и жизни человека. Многие проблемы, раскрываемые в программе курса

«Основы безопасности жизнедеятельности», особенно актуальны для старших подростков, так как связаны с вредными привычками, асоциальным поведением и чрезвычайными ситуациями социального характера.

На практических занятиях у обучающихся формируется способность предвидеть опасность той или иной, казалось бы, обычной жизненной ситуации, происходит становление умений действовать и оказывать помощь (психологическую, организационную, медицинскую) в различных чрезвычайных ситуациях.

Школьники получают элементарные знания о законах Российской Федерации, касающиеся безопасности личности, общества и государства.

Таким образом, изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» вносит важный и существенный вклад в развитие гармоничной личности российского школьника.

Конструирование курса осуществляется с учётом следующих задач, которые опираются на личностно-ориентированный и деятельностный подходы в образовании:

учёт требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по предметной области «Основы безопасности жизнедеятельности» (приоритетные цели образования; планируемые результаты обучения; требования к личностным, метапредметным и предметным достижениям обучающихся);

реализация принципа природосообразности предполагает учёт актуальности отобранного содержания для подросткового этапа развития, психологического статуса, потребностей, интересов, трудностей и проблем повседневной жизни старших подростков;

принцип психологической обусловленности позволяет обучающимся быть субъектом познавательной деятельности, формировать осознанное отношение к проблемам здоровья, сохранения жизни и эмоционального благополучия, а также рефлексивные качества (регулирование своего поведения, самоконтроль, самооценка);

принцип практико-ориентированной учебно-познавательной деятельности даёт обучающимся возможность формировать конкретные умения и навыки, способности оценивать и контролировать свои действия, предвидеть последствия своего и чужого поведения и своевременно их исправлять; реализацию данного принципа обеспечивает система практических занятий;

культурологический принцип даёт возможность расширить круг представлений школьников о проблемах здоровья, его укреплении и охране, о видах чрезвычайных ситуаций и правильном поведении в них. Материалы рубрик «Для любознательных» и «Это полезно знать!» в учебниках позволяют поддерживать интерес обучающихся к данному предмету, развивают у них мотивацию к его изучению.

Рабочая программа поможет учителю эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал общеобразовательной организации и обеспечить формирование важнейших компетенций обучающихся.

Программное содержание курса построено по линейно-концентрическому принципу, то есть раскрывается последовательно, постепенно усложняясь и расширяясь. Предусмотрено выполнение обучающимися практических работ, рекомендуются темы проектной деятельности.

Место курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане общеобразовательной организации

В условиях особого внимания образовательных организаций и всей системы образования к проблемам здоровьесбережения и осознания социальной важности изучения основ безопасности жизнедеятельности эти вопросы начинают изучать уже с первого школьного звена. В начальной школе знания об основах и охране жизнедеятельности человека включены в содержание курса «Окружающий мир».

В соответствии с Федеральным образовательным стандартом основного общего образования обязательное изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» предусмотрено в 8—9 классах. Вместе с тем, руководствуясь правом образовательной организации использовать часть учебного времени по собственному усмотрению, а также учитывая актуальность изучения данного курса для формирования культуры общения обучающихся с окружающим миром,

развития умения правильно вести себя в различных чрезвычайных ситуациях, целесообразно начинать изучение предметов основной школе с 5 класса. Это будет способствовать расширению и углублению знаний, которые обучающиеся получили в курсе «Окружающий мир» начальной школы, а также послужит пропедевтикой процесса изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в последующих классах.

С учётом конкретных условий функционирования образовательной организации, потребностей региона, особенностей природного и географического окружения, наличия промышленных объектов, представляющих потенциальную опасность, а также статусной характеристики обучающихся в данной образовательной организации курс «Основы безопасности жизнедеятельности» может изучаться и в рамках внеклассной деятельности (факультативы, кружки, центры развития и др.).

В 5—9 классах на изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» может быть отведён 1 час в неделю. Если же региональные особенности и условия функционирования образовательной организации позволяют, то количество учебных часов может быть увеличено (например, до 2 часов в неделю, а всего за год — до 70 часов). Это позволит более качественно, обстоятельно и конкретно ознакомить обучающихся с проблемами безопасности жизнедеятельности, которые для данного региона являются особенно актуальными, и научить их необходимым практическим действиям.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты

Освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными, опасными 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;
формирование 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 (универсальные учебные действия)

Познавательные

Обучающиеся научатся:

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

Регулятивные

Обучающиеся научатся:

планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила безопасного поведения в различных ситуациях;
контролировать своё поведение, проявлять желание и способности предвидеть последствия своих действий и поступков;
оценивать различные опасные и чрезвычайные ситуации, определять ошибки и недостатки в действиях людей, попавших в такие ситуации, искать способы устранения негативных последствий.

Коммуникативные

Обучающиеся научатся:

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 безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
характеризовать термины и понятия (в рамках изученных), пользоваться энциклопедиями и словарями для уточнения их значения и смысла;
характеризовать термины и причины происходящих негативных явлений и событий, делать выводы о возможных способах их предупреждения.

Предметные результаты

Обучающиеся научатся:

объяснять смысл основных терминов и понятий (в рамках изученного материала);
характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и ликвидацией их последствий (в рамках изученного материала);
раскрывать особенности семьи как важного социального института; характеризовать факторы, влияющие на взаимоотношения в семье;
выявлять положительные и отрицательные факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
раскрывать правила и особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
классифицировать и характеризовать основные виды чрезвычайных ситуаций, отличать особенности каждого вида;
анализировать и оценивать различные ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни отдельного человека и населения в масштабах региона;
различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, техногенные, социальные);
приводить информацию о таких ситуациях;
предвидеть возможные последствия своих действий и поведения в различных ситуациях;
проявлять стремление противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, сверстников и взрослых;
организовывать режим и распорядок своей жизнедеятельности, включая в неё двигательную активность, закаливание и другие мероприятия;
проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, при пользовании бытовыми электрическими и газовыми приборами;
правильно ориентироваться в дорожной обстановке, строго соблюдать Правила дорожного движения;
оказывать первую помощь при различных травмах.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ АСПЕКТ

Каждый урок в ГБОУ СОШ с. Русская Васильевка носит воспитательный потенциал.

Реализация педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- отбор учителем в содержании учебных предметов воспитательно значимых компонентов: примеры подлинной нравственности, патриотизма / служения Родине, духовности, гражданственности, гуманизма; примеры научного подвига; факты о жизненной позиции и человеческих качествах ученых, писателей, художников, композиторов, исторических деятелей; мировоззренческие идеи; материал, формирующий мотивы и ценности обучающегося в сфере отношений к природе.
- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией –

инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

5—7 классы

Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Символическое изображение правил безопасности жизнедеятельности. Что такое здоровый образ жизни. Природные и техногенные чрезвычайные ситуации.

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя

Организм человека и его безопасность. Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что «отвечают» эти системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная система «любит» и чего «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. Правильное (рациональное) питание: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания. Признаки отравления. Первая помощь при отравлении. Аллергия. Здоровье органов чувств. Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус. Первая помощь при повреждении глаз.

Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья. Умение сдерживать свои эмоции. Признаки стресса. Развитие волевых качеств.

Социальное здоровье человека. Что определяет социальное здоровье человека. Умеем ли мы общаться. Учение — социально важная деятельность. Фанаты и поклонники. Чем опасен фанатизм.

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье: условия жизни, образ жизни, врожденные особенности, качество медицинского обслуживания. Организованность и здоровье. Организованность и планирование своей жизни — условия сохранения здоровья. Чистота — залог здоровья. Правила личной гигиены. Тщательно вымытые овощи и фрукты как условие сохранения здоровья. Как не заразиться глистами. Дизентерия — болезнь грязных рук. Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для поддержания двигательной активности. Программа повышения уровня своей физической подготовки. Поговорим о закаливании. Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Значение закаливания для здоровья человека. Правила закаливания.

Компьютер и здоровье. Отрицательное влияние компьютера на здоровье человека: усталость, переутомление, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоциональное состояние, «синдром круглой спины». Правила безопасного пользования компьютером. Упражнения, которые позволяют не допустить негативных последствий при работе с компьютером. Безопасность в Интернете. Что нужно знать об интернет-мошенничестве. Как уберечь себя от инфекционных заболеваний.

Мой безопасный дом

Наводим в доме чистоту. Мыши, крысы, тараканы — животные не домашние.

Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний. Чистота — важное условие успешной борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение гигиенических правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка помещений).

Дела домашние: техника безопасности. Проявление осторожности и предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила безопасного поведения при появлении запаха газа, при пожаре. Безопасное электричество и безопасный газ. Правила пользования электроприборами; условия для возникновения коротких замыканий и пожаров, получения ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, бытовым газом и электрическим током.

Школьная жизнь

Виды современного транспорта. Какие виды транспорта существуют: наземный и подземный, воздушный, водный, космический. Наземный и подземный транспорт: рельсовый и безрельсовый.

Выбор пути: безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названий ближайших остановок транспорта. Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения — главное условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие и другие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрёстках и улицах. Правила безопасного поведения пешехода и пассажира. Правила безопасного поведения в самолёте, поезде, на теплоходе.

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьных помещениях и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях. Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Предупреждение конфликтов. Признаки сотрясения мозга. Первая помощь при подозрении на сотрясение мозга, ушибах и кровотечениях. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику. Ориентирование в школьных помещениях. Меры по предупреждению пожаров. Правила эвакуации и безопасного поведения при пожаре. Первая помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

На игровой площадке

Правила поведения на игровой площадке. Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Безопасное поведение на игровой площадке. Меры безопасности при использовании качелей, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность при катании на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке. Безопасность в обществе (социуме)

Какие конфликты возникают в социуме. Что такое общество (социум). Понятие о конфликте. Мошенничество. Шантаж и угрозы — социальные опасности. Буллинг. Ответственность за буллинг, насилие и травлю. Опасные молодёжные увлечения.

Чрезвычайные ситуации социального характера. Виды чрезвычайных ситуаций социального характера. Понятие об экстремизме. Особо опасные чрезвычайные ситуации социального характера: вооружённые конфликты, террористические акты, массовые беспорядки.

Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации. Политическая, социальная и воспитательная функции государства. Роль государства и каждого гражданина в предупреждении социальных чрезвычайных ситуаций.

На природе

Умеете ли вы ориентироваться? Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, солнцу, часам, Полярной звезде и местным признакам. Измерение расстояния на местности. Если вы заблудились в лесу. Как подавать сигналы о помощи.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Виды и характеристика природных чрезвычайных ситуаций. Правила безопасного поведения в таких ситуациях.

Природа полна неожиданностей! Опасности, которые могут встретиться в природе. Общие правила поведения в лесу и на водоёме. Правила поведения в экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой местности и др.). Правила поведения при встрече с опасными животными,

(насекомые, змеи, другие дикие животные). Первая помощь при укусе насекомых и змей.

Опасности, которые таит вода. Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании и катании на лодке. Оценка состояния льда в холодное время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия.

Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий. Первая помощь при судороге, солнечном ударе. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации.

Туристский поход: радость без неприятностей

Перед походом... Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения и продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила укладки рюкзака. Спальный мешок. Первая помощь при потёртости, мозоли. Походная аптечка.

В походе... Режим дня в многодневном походе. Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Походная еда, правила её приготовления. Съедобные и ядовитые грибы. Первая помощь при отравлении грибами и получении ожогов.

Когда человек сам себе враг

Алкоголь наносит удары по организму. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности и поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте.

Курение убивает. Вред табакокурения для здоровья человека. Особая опасность курения в подростковом возрасте.

Практические работы (примерные темы работ)

Измерение пульса, проверка своей выносливости.

Способы тренировки дыхательной системы (выполнение дыхательных упражнений).

Определение степени загрязнения воды.

Режим питания подростка.

Гимнастика для глаз.

Выполнение упражнений для снятия напряжения с разных групп мышц.

Самооценка: развитие волевых качеств.

Выполнение физических упражнений.

Индивидуальная программа закаливания.

Правила безопасного пользования компьютером.

Выбор безопасного пути из дома в школу.

Оценивание дорожной обстановки.

Правила дорожного движения Российской Федерации.

Обсуждение различных ситуаций, связанных с поведением в школе.

Тренировка в проведении эвакуации из здания школы при возникновении пожара.

Действия при пожаре в школе.

Первая помощь при лёгких травмах и переломах.

Анализ настроения и намерений собаки.

Определение ориентиров на плане местности.

Овладение навыками работы с компасом.

Определение сторон света по солнцу.

Определение сторон света по местным признакам.
Измерение расстояний на местности.
Оказание первой помощи при укусах насекомых и змей.
Приёмы сердечно-лёгочной реанимации.
Режим дня в многодневном туристском походе.
Проектная деятельность¹ (примерные темы работ)
Слух человека и животных. Сравнительная характеристика.
Как сохранить обоняние?
Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?
Одиночество — путь к социальному нездоровью человека.
Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека.
Медиасреда, не навреди!
Роль государства и каждого гражданина в чрезвычайных ситуациях.
Какие вредные вещества содержатся в одной сигарете?

¹ Темы проектной деятельности учитель может корректировать в соответствии с интересами обучающихся, условиями деятельности и возможностями образовательной организации.

8—9 классы

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать
Немного истории. Забота о здоровье человека в древности и в наши дни.
Окружающая среда и безопасность. Что такое опасность, виды опасностей.
Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Связь предмета с другими науками, его цели и задачи.

Здоровый образ жизни. Что это?

Зависит ли здоровье от образа жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье, условия его укрепления и сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность.
Физическое здоровье человека. Факторы, определяющие физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. Закаливание как один из способов тренировки организма. Правила гигиены.

Правильное питание. Что такое правильное питание. Зависит ли здоровье от питания. Жиры, белки и углеводы. Эко-логия питания. Продукты питания как экологический фактор. О чём может рассказать этикетка продукта. Как защититься от гриппа. Диета.

Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья. Планирование своей жизнедеятельности. Воздействие шума на организм человека. Правила общения с компьютером. Информационная безопасность.

Социальное здоровье человека. Понятие о социальном здоровье. Источники опасности для социального здоровья. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное и добросовестное исполнение как критерий социального

Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. Что такое репродуктивное здоровье. Правила ухода за своим телом. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре. Первая помощь при ожогах. Средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.

Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимикатами и уксусной кислотой. Правила поведения при затоплении квартиры. Правила пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.

Разумная предосторожность. Выбор безопасного места для отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Безопасное поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства, которые можно использовать для самообороны.

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

Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе

Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. Съедобные и несъедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая помощь при отравлении грибами. Встреча в лесу с дикими животными. Если в лесу застала гроза.

Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах. Как помочь тонущему человеку. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Первая помощь при обморожении.

Современный транспорт и безопасность

Транспорт в современном мире. Роль транспорта в мире. Виды транспорта. Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт.

Чрезвычайные ситуации на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение Правил дорожного движения 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. Первая помощь при кровотечении.

Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда.

Авиакатастрофы. Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения.

Железнодорожные катастрофы. Правила поведения при железнодорожной катастрофе. Опасные игры на железнодорожном транспорте и отношение к ним.

Террористические акты на транспорте. Понятие о террористическом акте. Уголовная ответственность за террористическую деятельность.

Безопасный туризм

Обеспечение безопасности в туристских походах. Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение туристской группы.

Виды опасностей в походе. Движение по маршруту, график движения. Правила безопасного преодоления естественных препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, отставшего от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды.

Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Снаряжение для водного туризма. Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

Когда человек сам себе враг

Курение убивает! Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Состояние здоровья подростка-курильщика.

Алкоголь разрушает личность. Воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Первая помощь при алкогольном отравлении.

Скажем наркотикам «Нет!». Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм человека. Распад личности человека под влиянием наркотиков.

Токсикомания — страшная зависимость. Понятие о токсикомании. Влияние токсичных веществ на организм человека. Признаки токсикомании.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Чрезвычайные ситуации и их классификация. Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций, их характеристика и особенности. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях, общие правила эвакуации.

Природные чрезвычайные ситуации. Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера. Землетрясения, наводнения, природные пожары, извержения вулканов, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных чрезвычайных ситуаций.

Безопасное поведение во время природных чрезвычайных ситуаций.

Техногенные чрезвычайные ситуации. Причины и виды таких ситуаций. Безопасное поведение в техногенных чрезвычайных ситуациях.

Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации

Экстремизм и терроризм. Что такое экстремизм? Крайние проявления экстремизма.

Проявления терроризма. Как снизить угрозу теракта. Как вести себя в плену у террористов.

Взрывы в жилых домах.

Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Личная безопасность при похищении (попытке похищения) или захвате в заложники, при обнаружении подозрительного предмета. Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме.

Национальная безопасность России. Понятие о национальной безопасности. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.

Практические работы

(примерные темы работ)

Подготовка программы закаливания для человека, часто болеющего простудными заболеваниями.

Анализ пищевой пирамиды.

Составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов.

Анализ информации на этикетке какого-либо продукта.

Определение своего роста и веса, анализ соотношения роста и веса.

Источники шума в современной городской квартире.

Правила пользования газовыми и электрическими приборами.

Устройство пожарного шкафа и применение пожарного крана.

Устройство и порядок применения воздушно-пенного и углекислотного огнетушителей.

Психологическая подготовка к встрече с преступником.

Использование подручных предметов в качестве средств самообороны.

Как вести себя, если злоумышленник пытается проникнуть в квартиру.

Первая помощь при переломах.

Практическая отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации.

Аварийная посадка самолёта.

Распределение снаряжения между участниками туристского похода.

График движения по туристскому маршруту.

Организация поиска потерявшегося туриста и его действия в такой ситуации.

Вязание узлов и их применение.

Навыки работы с документами: Федеральный закон

«Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

Виды и особенности чрезвычайных ситуаций.

Оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах.

Навыки работы с документами: Федеральный закон

«О противодействии экстремистской деятельности».

Навыки работы с документами: Федеральный закон

«О противодействии терроризму».

Проектная деятельность

(примерные темы работ)

Программа закаливания для подростка с учётом его индивидуальных особенностей и условий проживания.

Одиночество — путь к социальному нездоровью.

Общение — важная человеческая потребность.

Как обеспечить высокий уровень социального здоровья общества?

Опасные игры.

Отдых на природе: опасности, которые могут подстергать.

История великих кораблекрушений.

Правила безопасного поведения при чрезвычайной ситуации на корабле.

Как укрыться от непогоды.

Отношение к пьянству в России в разные времена.

Мифы о пьянстве на Руси.

Отражение темы пьянства в карикатуре.

Наркотикам — нет!

Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций?

Техногенная катастрофа.

История ВЧК — ФСБ.

Военная служба — особый вид федеральной государственной службы.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**7класс**

Раздел	Тема	Кол-во часов	В том числе, к/р
1	Введение	1	
2	На природе	12	1
3	Туристский поход: радость без неприятностей	11	1
4	Когда человек сам себе враг	7	1
5	Резерв	4	1
Итого		35	4

8класс

Раздел	Тема	Кол-во часов	В том числе, к/р
1	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать	2	
2	Здоровый образ жизни. Что это?-	8	1
3	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	10	1
4	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе	4	1

5	Современный транспорт и безопасность	7	1
---	--------------------------------------	---	---

Критерии оценивания

Оценка устных ответов .

Отметка «5» ставится в том случае, если учащийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Отметка «4» ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

Отметка «3» ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

Отметка «2» ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

Оценка практических работ.

Отметка «5» ставится, если учащийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Отметка «4» ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два-три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Отметка «2» ставится, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно. Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

Оценка письменных работ (тестовая, контрольная работа) Отметка «5» при выполнении 95-100% работы (высокий уровень).

Отметка «4» при выполнении 75-94 % работы (выше среднего уровня). Отметка «3» при выполнении 51-74% работы (средний уровень).

Отметка «2» при выполнении заданий ниже 50 % (низкий уровень)

Электронные образовательные ресурсы

<http://www.znakcomplect.ru/top/out.php?id=65>

<http://www.school-obz.org> – Основы безопасности жизнедеятельности, информационно-методическое издание для преподавателей МЧС России.

<http://www.school-collection.edu.ru/catalog/res/> - Библиотека электронных наглядных пособий по ОБЖ для 5-11 классов.

<http://www.edu-navigator.ru/cat/11500/1> - Каталог ресурсов по ОБЖ.

Календарно-тематическое планирование. ОБЖ 7 класс

№ п/п	Тема урока	Кол. часов	Сроки выполнения	
			По плану	По факту
Введение-1 ч				
1.	Введение	1		
На природе -12ч				
2.-	Умеете ли вы ориентироваться? Что такое ориентир.	1		
3	Измерение расстояния на местности.	1		
4	Чрезвычайные ситуацииприродного характера	1		
5	Правила поведения во время прогулок и на экскурсии. Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе	1		
6	Общие правила поведенияво время экскурсий в природу.	1		
7	Если встретилась опасность. Правила поведения в экстремальных (аварийных) ситуациях (потеря ориентировки, незнакомая местность и др.).	1		
8	Опасные встречи (насекомые, змеи, другие дикие животные).	1		
9	Первая помощь при укусе насекомых и змей.	1		
10	Вода таит опасности. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания.	1		
11	Первая помощь при судороге, солнечном ударе, утоплении. Проверочная работа №1	1		
12	Оценка состояния льда для передвижения по нему вхолодное время года. Переправа через водные преграды.	1		
Туристский поход: радость без неприятностей -11ч				
13	Любим ли мы туристские походы	1		
14	Правила организациитуристского похода. Правила организации безопасного туристского похода.	1		

	Подготовка к походу: подбор личного и группового снаряжения, продуктов.			
.15	Одежда и обувь для похода, требования к ним. Правила укладки рюкзака. Индивидуальная подгонка (регулировка) рюкзака. Спальный мешок.	1		
16	Походная аптечка	1		
17	Лесная аптека. Первая помощь при потёртости, мозоли.	1		
18	Знакомимся с лекарственными растениями	1		
19	Характеристика некоторых лекарственных растений	1		
20	Режим дня в многодневном туристском походе	1		
21-22	Правила организации сна, отдыха, передвижения. Проверочная работа №2	2		
23	Походная еда	1		
Когда человек сам себе враг -7ч				
24	Съедобные и ядовитые грибы. Первая помощь при отравлении грибами и получении ожогов.	1		
25	Алкоголь наносит удар по организму. Результаты социологических исследований об употреблении алкоголя подростками.	1		
26	Алкоголь — причина преступлений подростков и юношей.	1		
27	Страницы истории: как относились наши предки к алкогольной зависимости.	1		
28	Курение убивает	1		
29	Курение наносит значительный вред организму	1		
30	Особая опасность табакокурения в подростковом возрасте.	1		
31	Проверочная работа №3			
32-35	Резерв 4ч	1		

Приложение 1 к
Рабочей программе по музыке, утвержденной
приказом директора школы
№ 51-од «18» августа 2021

Перечень контрольных и диагностических работ.

Основы безопасности жизнедеятельности 7 класс.

№	Содержание	Кол-во часов	Срок
1	Проверочная работа № 1 «На природе»	1	11неделя
2	Проверочная работа № 2 «Туристский поход: радость без неприятностей»	1	22 неделя
	Проверочная работа № 3 « Когда человек сам себе враг»	1	31 неделя

Календарно-тематическое планирование. ОБЖ 8 класс

№ п/п	Тема урока	Кол. часов	Сроки выполнения	
			По плану	По факту
Введение-1 ч				
Введение.Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать 2ч				
1	Основы безопасности жизнедеятельности	1		
2.	Это нужно знать.	1		
Здоровый образ жизни. Что это?-8ч				
3	Зависит ли здоровье от образа жизни. Что такое здоровье? Условия физического здоровья.	1		
4	Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность.	1		
5	Физическое здоровье человека. Факторы, определяющие физическое здоровье человека.	1		
6	Физическая культура и здоровье. Закаливание как один из способов тренировки организма. Правила гигиены.	1		
7	Правильное питание. Что такое правильное питание. Зависит ли здоровье от питания.	1		
8	Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья.	1		
9	Социальное здоровье человека. Понятие о социальном здоровье.	1		
10	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. Что такое репродуктивное здоровье. Проверочная работа № 11 Здоровый образ жизни.	1		
Опасности, подстерегающиенас в повседневной жизни-10ч				
11	Опасности, подстерегающиенас в повседневной жизни вести себя при пожаре. Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности.			
12	Правила безопасногоповедения при пожаре. Первая помощь при ожогах.	1		
13	Средствапожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.	1		

14	Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии.	1		
15	Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимикатами и уксусной кислотой.	1		
16	Правила поведения при затоплении квартиры. Правила безопасного пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.	1		
17	Разумная предосторожность. Выбор безопасного места для отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб.	1		
18	Безопасное поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице.	1		
19	Правила поведения при нападении. Подручные средства, которые можно использовать для самообороны.	1		
20	Опасные игры. Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечения. Первая помощь при переломах. Проверочная работа № 2 Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	1		
Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе-4ч				
21	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе	1		
22	Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями.			
23	Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах. Как помочь тонущему человеку.	2		
24	Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Первая помощь при обморожении. Проверочная работа № 3 Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе-4ч	1		
Современный транспорт и безопасность-7ч				
25	Современный транспорт и безопасность Транспорт в современном мире. Роль транспорта в мире. Виды транспорта. Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт	1		
26	Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия. Нарушение Правил дорожного движения как главная причина дорожных происшествий.	1		
27	Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов.	1		
28	Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда.	1		
29	Авиакатастрофы, правила поведения на борту авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные	1		

	ситуации: правила безопасного поведения.			
30	Железнодорожные катастрофы. Правила поведения при железнодорожной катастрофе. Опасные игры на железнодорожном транспорте. Зацепинг — опасная игра.	1		
31	Террористические акты на транспорте. Понятие о террористическом акте. Уголовная ответственность за террористическую деятельность.	1		
32	Проверочная работа № 4 Современный транспорт и безопасность-7ч	1		
33- 35	Резерв 3ч			