

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ОБЖ 7 -9 КЛАССЫ

## Планируемые результаты освоения учебного предмета

Изучение курса ОБЖ в 7-9 классах дает возможность обучающимся достичь следующих результатов развития:

*Личностными* результатами изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и обществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

*Метапредметными* результатами изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» является формирование универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

*Познавательные УУД:*

- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;

*Коммуникативные УУД:*

- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- умение работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

**Предметными результатами** изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- 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 и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение 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, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

## **Содержание учебного материала (1 час в неделю, 34 ч. в год)**

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

#### **Основы комплексной безопасности**

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

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

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

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

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

или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

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

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

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

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

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

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

### **7 класс**

Темы	Часы		
	По теме	Практических работ	Контрольных работ
<b>Раздел 1. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b>	<b>24</b>	1	4
1. ЧС природного характера. Практическая работа № 1 «Составление схемы «ЧС природного характера в Псковской области»			
2. Землетрясение. Причины возникновения землетрясения			
3. Последствия землетрясений. Защита населения от последствий землетрясений			
4. Правила безопасного поведения населения при землетрясении			
5. Тестирование по теме "Землетрясения". Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле			
6. Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов			
7. Оползни и снежные лавины			
8. Сели и обвалы			
9. Правила безопасного поведения при угрозе оползней, селей, обвалов, лавин			
10. Тестирование по теме "Оползни, обвалы,			

<p>сели". Ураганы, бури, смерчи</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>11. Последствия ураганов, бурь, смерчей</li> <li>12. Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь, смерчей</li> <li>13. Наводнения</li> <li>14. Последствия наводнения и меры по уменьшению потерь от наводнения</li> <li>15. Правила безопасного поведения во время наводнения</li> <li>16. Цунами</li> <li>17. Правила безопасного поведения во время цунами</li> <li>18. Тестирование по теме "Наводнения и цунами". Лесные и торфяные пожары</li> <li>19. Последствия и предупреждение лесных и торфяных пожаров</li> <li>20. Правила безопасного поведения при лесных и торфяных пожарах</li> <li>21. Массовые инфекционные заболевания: эпидемии, эпизоотии, эпифитотии</li> <li>22. Защита от массовых инфекционных заболеваний</li> <li>23. Тестирование по теме " Массовые инфекционные заболевания". Психологические основы выживания в ЧС природного характера</li> <li>24. Психологические особенности поведения человека после стихийного бедствия</li> </ol>			
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>	<b>6</b>	4	1
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повязки. Общая характеристика</li> <li>2. Практическая работа № 2 «Навыки наложения повязок на руку»</li> <li>3. Практическая работа № 3 «Навыки наложения повязок на ногу»</li> <li>4. Переломы верхних и нижних конечностей. Практическая работа № 4 «Первая помощь при переломах верхних и нижних конечностей»</li> <li>5. Практическая работа № 5 «Способы переноски пострадавших».</li> <li>6. Контрольная работа по теме "Основы мед. знаний"</li> </ol>			
<b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни</b>	<b>2</b>	-	-
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Режим – необходимое условие здорового образа жизни</li> <li>2. Профилактика переутомления и содержания режима дня</li> </ol>			

Резерв	2	-	-
Итого:	34	5	5

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

Тема	Количество часов	Количество практических работ	Количество контрольных работ
<b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b>	<b>21</b>	2	1
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ЧС техногенного характера. Практическая работа № 1 «Составление схемы «ЧС техногенного характера в Псковской области»</li> <li>2. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах</li> <li>3. Причины возникновения пожаров и взрывов и их последствия</li> <li>4. Основные поражающие факторы пожаров и взрывов</li> <li>5. Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах</li> <li>6. Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ</li> <li>7. Причины и последствия аварий на химически опасных объектах</li> <li>8. Защита населения от аварийно химически опасных веществ. Практическая работа №2 «Изготовление ватно-марлевой повязки».</li> <li>9. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ</li> <li>10. Аварии с выбросом радиоактивных веществ</li> <li>11. Последствия радиационных аварий</li> <li>12. Характер поражения людей и животных, загрязнение растений и продуктов питания</li> <li>13. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом радиоактивных веществ</li> <li>14. Гидродинамические аварии</li> <li>15. Причины и последствия гидродинами-</li> </ol>			

<p>ческих аварий</p> <p>16. Меры по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах</p> <p>17. Правила безопасного поведения при гидродинамических авариях</p> <p>18. Нарушение экологического равновесия, изменение состава атмосферы и состояния гидросферы.</p> <p>19. Изменение состояния суши. Показатели предельно допустимых воздействий на природу</p> <p>20. Обобщающий урок по теме «Безопасность и защита человека в ЧС техногенного характера»</p> <p>21. Контрольная работа «Безопасность и защита человека в ЧС техногенного характера»</p>			
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
<p>1. Первая мед.помощь при поражении АХОВ удушающего и общедовитого действия. Практическая работа «Составление алгоритма действий при поражении АХОВ удушающего и общедовитого действия».</p> <p>2. Первая мед.помощь при отравлении АХОВ нейротропного действия. Практическая работа «Составление алгоритма действий при отравлении АХОВ нейротропного действия»</p> <p>3. Первая мед.помощь при поражении метаболическими ядами, соединениями тяжёлых металлов и мышьяка. Практическая работа «Составление алгоритма действий при поражении соединениями тяжёлых металлов и мышьяка»</p> <p>4. Первая мед.помощь при ожогах химическими веществами</p> <p>5. Первая мед.помощь при отравлении бытовыми химикатами и минеральными удобрениями</p> <p>6. Обобщающий урок по теме «Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи»</p> <p>7. Контрольная работа</p>			
<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	
<p>1. Занятия физкультурой и спортом. Практическая работа «Составление комплекса упражнений для утренней гимнастики»</p>			

2. Закаливание организма			
<b>Основы репродуктивного здоровья под- ростка</b>	<b>3</b>	-	
1. Влюблённость и эротика 2. Половая система человека 3. Обобщающий урок			
Резерв	1	-	
Итого	34	6	2

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

Тема	Количество часов	Количество кон- трольных работ	Количество практических работ
Терроризм-угроза обществу	3		1
1. Терроризм-угроза обществу 2. Действия населения при угрозе терроризма 3. Пожаробезопасность в услови- ях угрозы и при совершении теракта.			
<b>Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях.</b>	<b>6</b>		
Глава 1. Организация единой государ- ственной системы предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)	2		
1. Цели и задачи РСЧС. Структу- ра РСЧС 2. Режимы функционирования РСЧС. Силы и средства ликви- дации ЧС			
Глава 2. Международное гуманитар- ное право. Защита жертв вооружен- ных конфликтов	2		
1. Определение международного гуманитарного права и сфера его применения. Правовая за- щита раненых, больных и потерпевших кораблекруше- ние. Медицинский и духовный персонал. Защита военноплен- ных. 2. Гражданское население. Ответ- ственность за нарушение норм международного гуманитарно- го права			

Глава 3. Безопасное поведение в криминогенных ситуациях	2		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие преступления. Виды и категории преступлений. Действия в криминогенных ситуациях. Возраст, с которого наступает уголовная ответственность. О безопасности девушек. Защита от мошенников</li> <li>2. Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях.</li> </ol>			
<b>Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей</b>	7	1	2
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Причины и профилактика травматизма в старшем школьном возрасте и пути их предотвращения</li> <li>2. Безопасное поведение дома, в школе и на занятиях физкультурой и спортом. Безопасное поведение на улице.</li> <li>3. Профилактика осложнения ран. Асептика и антисептика</li> <li>4. Травмы головы, позвоночника и спины</li> <li>5. Признаки смерти и жизни. Прекардиальный удар в область грудины</li> <li>6. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких. Остановка сердца и прекращение дыхания.</li> <li>7. Контрольная работа №1 Тема: «Первая медицинская и первая реанимационная помощь»</li> </ol>			
<b>Основы здорового образа жизни</b>	18	1	2
Глава 1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни	3		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здоровье человека. Здоровый образ жизни - путь к достижению высокого уровня здоровья.</li> <li>2. Современные методы оздоровления.</li> <li>3. Факторы риска во внешней среде и внутренней среде организма человека. Их влияние на здоровье</li> </ol>			
Глава 2. Личная гигиена	1		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Гигиена кожи и питания Гигиена воды и одежды. Гигиена жилища и индивидуально-</li> </ol>			

го строительства			
Глава 3. Физиологические и психологические особенности организма подростка	4		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Физиологическое и психологическое развитие подростков</li> <li>2. Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях</li> <li>3. Управление чувствами и эмоциями</li> <li>4. Суицид и подросток</li> </ol>			
Глава 4. Факторы, разрушающие здоровье человека	10		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Употребление табака и его влияние на здоровье</li> <li>2. Алкоголь, его влияние на организм.</li> <li>3. Наркомания и токсикомания. Их последствия для здоровья.</li> <li>4. Инфекции, передающиеся половым путем. ВИЧ и СПИД. Профилактика инфекций передающихся половым путем.</li> <li>5. Стрессовые ситуации возникающие в повседневной жизни.</li> <li>6. Влияние бытовой техники и средств связи на здоровье человека. Здоровый сон.</li> <li>7. Природные и социально-экономические факторы влияющие на здоровье человека.</li> <li>8. Контрольная работа №2 Тема: «Факторы, разрушающие здоровье человека»</li> <li>9. Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях.</li> <li>10. Правила безопасного проведения каникул.</li> </ol>			
Итого:	34	2	5