

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МОЗЖУХИНСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ
ЛАГУНОВА АЛЕКСАНДРА ВАСИЛЬЕВИЧА»
КЕМЕРОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

Рассмотрено на заседании Педагогического совета Протокол №1 от «30» <u>08</u> 2021г.	Согласовано: Зам. директора по УВР Г.А.Орозова «30» <u>08</u> 2021г.	Утверждено: Приказ №147_от «30» <u>08</u> 2021г.
--	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»
5-7 классы

Составитель: Шамилов С.Н., высшая квалификационная категория

**Ковалева
Ирина
Викторовна**

Подписано цифровой
подписью: Ковалева Ирина
Викторовна

Дата: 2021.09.15 14:16:30
+07'00

Д. Мозжуха, 2021

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности-усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам семьи;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

Метапредметные результаты

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты

своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

-развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

-освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

-формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты

1) 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;

2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

4) 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;

5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;

6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

- 7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- 8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- 9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
- 10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 11) умение оказать первую помощь пострадавшим;
- 12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- 13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- 14) овладение экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Содержание учебного предмета

5 класс

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе

Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.

Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных природных условиях. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.

Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде

Автономное существование человека в природных условиях. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях

Опасные погодные условия. Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 6. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях

Первая медицинская помощь при отравлении. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки. Правила и способы транспортировки пострадавшего. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения. Оказание первой медицинской помощи при утоплении. Способы проведения искусственной вентиляции лёгких и непрямого массажа сердца. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении.

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие

Основные вредные привычки. Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Употребление алкоголя и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Наркомания и её

отрицательные последствия для здоровья человека. Профилактика вредных привычек.

6 класс

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины). Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи). Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнение, сели, цунами). Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций. Землетрясения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясения.

Вулканы и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при извержении вулканов.

Оползни, сели, обвалы, лавины и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала. Правила безопасного поведения ввремя и после схода селя, оползня, обвала, безопасный выход из зоны стихийного бедствия.

Ураганы, бури, смерчи и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча.

Наводнения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время и после наводнений.

Цунами и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (8 часов)

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Социально-демографические процессы в России и безопасность государства. Особенности физического и психического развития человека; развитие и укрепление чувства зрелости, развитие волевых качеств. Социальное развитие человека и его взаимоотношения с окружающими людьми. Формирование личности человека, значение и роль его взаимоотношений со взрослыми, родителями, сверстниками. Взаимоотношения человека и общества. Ответственность несовершеннолетних.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки. Правила и способы транспортировки пострадавшего. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения.

7 класс

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Пожарная безопасность

Пожары в жилых и общественных зданиях, причины их возникновения и возможные последствия. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

Безопасность на водоёмах

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Само - и взаимопомощь терпящих бедствие на воде.

Экология и безопасность

Загрязнение окружающей природной среды. Понятия о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера

Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Потенциально опасные объекты. Аварии на радиационно-опасных, химически опасных, взрывопожароопасных объектах, на гидротехнических сооружениях, их причины и возможные последствия. Защита населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Здоровый образ жизни и его составляющие

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствования его физических и духовных качеств. Психологическая уравновешенность и её значение для здоровья. Режим дня и его значение для здоровья. Профилактика переутомления. Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения здоровья человека. Роль здорового образа жизни в формировании у обучаемых современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности.

Вредные привычки и их влияние на здоровье

Основные вредные привычки. Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Употребление алкоголя и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Наркомания и её отрицательные последствия для здоровья человека. Профилактика вредных привычек.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Первая медицинская помощь при неотложных состояниях

Основные правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений. Первая медицинская помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки. Оказание первой медицинской помощи при утоплении. Способы проведения искусственной вентиляции лёгких и непрямого массажа сердца.

Используемые формы и методы

Современные методы обучения ОБЖ:

Лекция, семинар, тренинг, модульное обучение, дистанционное обучение, деловая игра, работа в парах, использование информационно компьютерных технологий.

Форма обучения на уроках следующая: групповая, индивидуальная, коллективная деятельность

Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов
Модуль 1	«Основы безопасности личности, общества и государства»	24
Раздел 1	Основы комплексной безопасности	17
Глава 1	<i>«Человек, среда его обитания, безопасность человека»</i>	5
1	Город как среда обитания.	1
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1
3	Особенности природных условий в городе.	1
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1
5	Безопасность в повседневной жизни	1
Глава 2	<i>Опасные ситуации техногенного характера</i>	8
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного	1

	движения	
7	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1
8	Пешеход. Безопасность пешехода.	1
9	Пассажир. Безопасность пассажира	1
10	Водитель	1
11	Безопасность велосипедиста	1
12	Пожарная безопасность	1
13	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1
Глава 3	<i>Опасные ситуации природного характера</i>	2
14	Погодные условия и безопасность человека.	1
15	Безопасность на водоёмах	1
Глава 4	<i>Чрезвычайные ситуации природного характера</i>	2
16	Чрезвычайные ситуации природного характера	1
17	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1
Раздел 2	Основы противодействия экстремизму и терроризму в российской Федерации	7
Глава 5	<i>Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение</i>	3
18	Антиобщественное поведение и его опасность.	1
19	Обеспечение личной безопасности дома.	1
20	Обеспечение личной безопасности на улице	1
Глава 6	<i>Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства</i>	5
21	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	2
22	Виды экстремистской и террористической деятельности.	1
23	Виды террористических актов и их последствия.	1
24	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	1
Модуль 2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	11
Раздел 3	Основы здорового образа жизни	5
Глава 7	<i>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни</i>	3
25	О здоровом образе жизни.	1
26	Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья.	1
27	Рациональное питание. Гигиена питания	1
Глава 8	<i>Факторы, разрушающие здоровье</i>	2
28	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1
29	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1
Раздел 4	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	6
Глава 9	<i>Первая помощь и правила её оказания</i>	5
30	Первая помощь при различных видах повреждений	1
31	Первая помощь при различных видах повреждений	1
32	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах	1

33	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах	1
34	Первая помощь при отравлениях	1
Итого	Уроков 35	35

Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ	Количество часов
Модуль 1	Основы безопасности личности, общества, государства.	25
Раздел 1	Основы комплексной безопасности.	25
Глава 1	<i>1. Подготовка к активному отдыху на природе</i>	6
1	Природа и человек.	1
2	Ориентирование на местности.	1
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1
4	Подготовка к выходу на природу.	1
5	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1
6	Определение необходимого снаряжения для похода.	1
Глава 2	<i>Активный отдых на природе и безопасность</i>	5
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	1
8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	1
9	Подготовка и проведение лыжных походов.	1
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	1
11	Велосипедные походы и безопасность туристов.	1
Глава 3	<i>Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности.</i>	6
12	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем(внутреннем) И выездном туризме.	1
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	1
14	Акклиматизация человека в горной местности.	1
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1
16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	1
17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	1
Глава 4	<i>Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде</i>	4
18	Автономное существование человека в природе.	1
19	Добровольная автономия человека в природной среде.	1
20	Вынужденная автономия человека в природной среде.	1
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1
Глава 5	<i>Опасные ситуации в природных условиях</i>	4
22	Опасные погодные явления.	1

23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	1
24	Укусы насекомых и защита от них.	1
25	Клещевой энцефалит и его профилактика	1
Модуль 2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	10
Раздел 5	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	4
Глава 6	<i>Первая помощь при неотложных состояниях.</i>	4
26	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.	1
27	Оказание первой помощи при травмах.	1
28	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге.	1
29	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.	1
Раздел 4	Основы здорового образа жизни.	6
Глава 7	<i>Здоровье человека и факторы, на него влияющие.</i>	6
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомления.	1
31	Компьютер и его влияние на здоровье.	1
32	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1
33	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	1
34	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	2
Итого:	Уроков 35	35

Тематическое планирование 7класс

№ п/п	Название темы	Количество часов
Модуль 1	Основы безопасности личности, общества и государства	26
Разделы 1-2	Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.	24
Глава 1	<i>Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</i>	3
1.	Различные природные явления и причины их возникновения	1
2.	Общая характеристика природных явлений	1
3.	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	1
Глава 2	<i>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения</i>	7
4.	Землетрясения: причины возникновения и возможные последствия	1
5.	Защита населения от последствий землетрясений	1
6.	Правила безопасного поведения населения при землетрясении	1
7.	Вулканы, извержения вулканов, расположение вулканов на Земле	1
8.	Последствия извержения вулканов. Защита населения	1
9.	Оползни, их последствия, защита населения	1
10.	Контрольная работа № 1 по теме «ЧС геологического	1

	происхождения»	
Глава 3	<i>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения</i>	2
11.	Ураганы, бури и смерчи, причины их возникновения, возможные последствия	1
12.	Защита населения от последствий ураганов, бурь и смерчей	1
Глава 4	<i>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения</i>	8
13.	Наводнения, их виды и причины	1
14.	Защита населения от последствий наводнения	1
15.	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения	1
16.	Сели и их характеристика	1
17.	Защита населения от последствий селевых потоков	1
18.	Цунами и их характеристика. Защита населения от цунами	1
19.	Обвалы и снежные лавины	1
20.	Контрольная работа № 2 по теме «ЧС метеорологического и гидрологического происхождения»	1
Глава 5	<i>Чрезвычайные ситуации биологического происхождения</i>	4
21.	Лесные и торфяные пожары и их характеристика	1
22.	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения	1
23.	Эпидемия	1
24.	Эпизоотии и эпифитотии, мероприятия профилактики	1
Раздел 3	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	2
Глава 6	<i>Духовно- нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</i>	2
25.	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность	1
26.	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения	1
Модуль 2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	9
Раздел 4	Основы здорового образа жизни	3
Глава 7	<i>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</i>	3
27.	Психологическая уравновешенность.	1
28.	Стресс и его влияние на человека	1
29.	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте	1
Раздел 5	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	6
Глава 8	<i>Первая помощь при неотложных состояниях</i>	6
30.	Общие правила оказания первой помощи	2
31.	Оказание первой помощи при наружном кровотечении	1
32.	Оказание первой помощи при ушибах и переломах	1
33.	Практическое занятие: Первая помощь при переломе конечностей	1
34.	Общие правила транспортировка пострадавшего	1
Итого:	Уроков 35	35

