


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Верхнеберёзовская основная общеобразовательная школа  
Шебекинского района Белгородской области»

<b>Рассмотрено</b> на методическом совете Протокол № 1 от «20» 08. 2021 г.	<b>Принято</b> на педагогическом совете Протокол № 1 от «27» 08. 2021 г.	<b>Согласовано</b> Заместитель директора <i>Л.А.</i> Т.И. Матушкина «27» 08. 2021 г.	 И.М. Залесова.
---	---	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета  
**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**  
основное общее образование  
(7-9 классы)

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности в 7-9 классе разработана на основе авторской программы под ред. Н.Ф. Виноградовой (Основы безопасности жизнедеятельности: 7–9 классы: программа/Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов.—М.: Вентана-Граф, 2014).

## **1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Личностные результаты**

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие способности и готовности к саморазвитию и личностному самоопределению;
- формирование системы значимых социальных отношений, ценностно-смысловых жизненных установок, социальных компетенций.

### **Метапредметные результаты**

- анализ ситуаций, влияющих положительно и отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
- сравнение примеров опасного и безопасного поведения;
- планирование и организация своей жизни и деятельности с учётом безопасности;
- обобщение изученного материала, формулирование выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций.

### **Предметные результаты**

- формирование научного типа мышления и интеллектуальной деятельности на основе полученных знаний;
- освоение основных понятий и научной терминологии; использование методов познания и исследования, принятых в данной науке.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ

7 класс (34 часа)

**Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать.**

Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте

**Здоровый образ жизни. Что это?**

*Зависит ли здоровье от образа жизни?* Образ жизни. Слагаемые здоровья.

*Физическое здоровье человека.* Значение физической культуры для здоровья человека. Что такое физическое здоровье. Физическая культура и служба в армии. Закаливание - способ тренировки организма. Виды закаливания. Правила гигиены.

Расширение кругозора. Русская баня и здоровье. Примеры закаливания.

*Правильное питание.* Характеристика жиров, белков и углеводов. Режим питания. Правила питания. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.

Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благоприятное воздействие зелёного чая

*Психическое здоровье человека.* Показатели психического здоровья и нездоровья. Влияние воли на эмоциональное состояние человека. Правильная организация жизнедеятельности. Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.

*Социальное здоровье человека.* Что такое социальное здоровье человека. Общение. Правила коммуникации. Учение — социально важная деятельность. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Расширение кругозора. Дети-маугли.

Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. Определение репродуктивного здоровья. половое созревание — способность человека к воспроизведению. Половое созревание. Особенности развития мальчиков и девочек (юношей и девушек). Риски старшего подросткового возраста

**Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни**

*Как вести себя при пожаре.* Причины и последствия пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Можно ли тушить пожар самостоятельно? Правила эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

*Чрезвычайные ситуации в быту.* Залив жилища. Опасное электричество. Первая помощь при электротравмах. Утечка газа. Отравление угарным газом.

Бытовая химия. Правила хранения в помещении опасных жидкостей. Правила поведения с немаркированными ёмкостями. Отравление ядохимикатами.

Разумная предосторожность. Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Что делать, если произошло нападение. Самооборона.

Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище

**Итоговое тестирование. Итоговое повторение и обобщение**

## 8 класс (34 часа)

### **Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе**

*Лес – это серьёзно.* Ядовитые растения. Несъедобные для человека грибы. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Правила грибной кулинарии. Первая помощь при отравлении грибами.

Дикие животные. Насекомые. Гроза в лесу. Правила поведения при грозе.

Расширение кругозора. Ядовитые растения, мифы о грибах, опасные земноводные

*Водоём зимой и летом.* Опасные ситуации на воде, причины возникновения. Правила отдыха на воде, правила катания на лодке. Помощь утопающему. Помощь человеку, оказавшемуся в полынье. Правила зимней рыбалки.

### **Современный транспорт и безопасность**

*Транспорт в современном мире.*

Расширение кругозора. Экологически безопасный транспорт.

*Чрезвычайные ситуации на дорогах.* Транспорт как источник опасности. Опасные игры на дорогах. Дорожно-транспортное происшествие: причины и последствия. Правила поведения при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при травмах: как остановить кровотечение, как наложить шину.

Расширение кругозора. Водитель в чрезвычайной ситуации.

*Опасные ситуации в метро.* Правила поведения в метро: движение на эскалаторе; ожидание поезда; в вагоне.

*Авиакатастрофы.* Подготовка к полёту. Правила поведения на борту авиалайнера. Пожар на борту самолёта.

Разгерметизация самолёта. Аварийная посадка.

Расширение кругозора. Права командира авиалайнера в экстренных ситуациях.

*Железнодорожная катастрофа.* Действия в случае крушения поезда.

## **Безопасный туризм**

*Обеспечение безопасности в туристских походах.* Туризм – отдых, связанный с преодолением трудностей. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Правила безопасности в туристском походе. Преодоление естественных препятствий. Безопасное место для бивуака. Правила безопасного поведения в случае, когда турист отстал от группы. Туризм и экология окружающей среды.

*Обеспечение безопасности в водном туристском походе.* Подготовка к походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Узлы в туристском походе.

Расширение кругозора. Как правильно выбрать для подхода рюкзак. Вязание узлов (исторический экскурс).

**Итоговое тестирование. Итоговое повторение и обобщение.**

**9 класс (34 часа)**

## **Когда человек сам себе враг**

*Курение убивает!* Опасности курения: что содержит в себе сигаретный дым. Почему курение мешает учению. Физическое состояние подростков – курильщиков.

Расширение кругозора. История табака и курения.

*Алкоголь и здоровье.* Воздействие алкоголя на организм человека. Первая помощь при отравлении алкоголем. Как уберечь себя от алкоголизма.

Расширение кругозора. Как на Руси относились к алкоголизму

*Скажем наркотикам – нет!* Что такое наркотики и наркомания. Воздействие наркотика на организм человека. Токсикомания.

## **Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

*Чрезвычайные ситуации и их классификация.* Определение чрезвычайной ситуации. Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях. Общие правила эвакуации.

*Природные чрезвычайные ситуации.* Землетрясение. Извержение вулкана. Сели и оползни. Снежные лавины. Ураган, буря, смерч. Цунами. Наводнения. Природные пожары. Правила поведения в природных чрезвычайных ситуациях.

Расширение кругозора. Ураган Фифи.

*Чрезвычайные ситуации техногенного характера.* Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ. Виды радиационно опасных объектов. Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида.

Расширение кругозора. Из истории техногенных катастроф.

## **Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации.**

*Экстремизм и терроризм.* Что такое экстремизм, его истоки и причины. Крайние проявления экстремизма. Что такое терроризм, его проявления. Правила поведения во время взрыва и после него. Как вести себя в плену у террористов. Как вести себя во время спецоперации по освобождению заложников.

*Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Национальная безопасность Российской Федерации.* Что такое национальная безопасность. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации

Итоговое контрольное тестирование. Итоговое повторение и обобщение

### **3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№</b>	<b>Наименование раздела и темы занятия</b>	<b>Количество часов часов общее</b>	<b>Характеристика деятельности учащихся</b>
<b>Тематическое планирование по основам безопасности жизнедеятельности для 7 класса составлено с учетом рабочей программы воспитания.</b> <b>Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:</b> - Осознание необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде. - Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях. - Формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам. - Усвоение правил дорожного движения, правил безопасного поведения на водоёмах в различных условиях. - Понимание ценности навыков оказания первой помощи для здорового и безопасного образа жизни.			
<b>7 класс</b>			
	<b><i>Введение.</i></b>	<b>2</b>	
1	Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать	2	<i>Коммуникативная деятельность:</i> правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений. <i>Работа с информацией:</i> отбор видео- и интернет-материалов и их оценка. <i>Аналитическая деятельность:</i> чтение и оценка учебных текстов для ответа на вопрос «Почему проблема здорового образа жизни волновала общество уже в древности?»; выделение главной мысли учебного текста. <i>Самооценка:</i> определение своих возможностей

			и способностей. <i>Конструирование понятий</i> : природные чрезвычайные ситуации, техногенные чрезвычайные ситуации, безопасная жизнедеятельность. <i>Формулирование вывода</i> : почему нужно изучать предмет ОБЖ
	<b>Здоровый образ жизни. Что это?</b>	<b>15</b>	
2	Зависит ли здоровье от образа жизни	2	<i>Коммуникативная деятельность</i> : правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений, тезисов и антитезисов. <i>Работа с информацией</i> : отбор видео- и интернет- материалов и их оценка. <i>Аналитическая деятельность</i> : чтение и оценка учебных текстов; выделение главной мысли учебного текста; высказывание версий о смысле пословиц и поговорок. <i>Конструктивная деятельность</i> : построение схем «Здоровье человека», «Физическое здоровье человека». <i>Аналитическая деятельность</i> : создание памятки «Правила закаливания». <i>Рефлексивная деятельность</i> : оценка своего физического развития; создание программы закаливания
3	Стартовый контроль	1	
4	Физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье.	2	
5	Правильное питание	3	
6	Психическое здоровье человека	2	
7	Социальное здоровье человека	2	
8	Рубежный контроль	1	
9	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана	2	
	<b>Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни</b>	<b>17</b>	
10	Поведение при пожаре	4	<i>Аналитическая деятельность</i> : составление памятки «Причины пожаров» (по иллюстративному материалу). <i>Чтение информации</i> представленной на схеме. <i>Моделирование</i> бытовых пожароопасных ситуаций. <i>Практическая игровая деятельность</i> : «эвакуация» из горящего дома; применение средств пожаротушения; помощь при ожогах. <i>Конструирование</i> воображаемых ситуаций. <i>Коммуникативная деятельность</i> : участие в диалоге, построение суждений и умозаключений. <i>Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.</i> <i>Аналитическая деятельность</i> : оценка последствий неразумного поведения. <i>Коммуникативная деятельность</i> : участие в учебном диалоге. <i>Рефлексивная деятельность</i> : Оценка своих действий в опасных ситуациях.
11	Чрезвычайные ситуации в быту. Залив жилища. Опасное электричество. Утечка газа. Правила безопасности при использовании бытовой химией.	5	
12	Разумная предосторожность	3	
13	Опасные игры	3	
14	Итоговое тестирование	1	
15	Итоговое повторение и обобщение.	1	
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	

**Тематическое планирование по основам безопасности жизнедеятельности для 8 класса составлено с учетом рабочей программы воспитания.**

**Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООУ:**

Усвоение правил безопасного поведения при угрозе и во время возникновения радиационной аварии, химической аварии, во время возникновения пожаров и взрывов, наводнений.

Формирование понимания ценности безопасного образа жизни.

Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.

Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Понимание ценности навыков оказания первой помощи для здорового и безопасного образа жизни.

Усвоение правил оказания первой медицинской помощи.

### 8 класс

	<i>Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе.</i>	<b>8</b>	
1	Лес – это серьёзно	3	Совместная деятельность: правила взаимодействия. Аналитическая деятельность: определение видовых особенностей ядовитых растений; определение ядовитых или несъедобных грибов. Коммуникативная деятельность: рассказы обучающихся о поведении при встрече с ядовитыми животными. Совместная деятельность: правила работы в группах. Аналитическая деятельность: оценка информации, представленной в тексте учебника, и составление памятки для купальщика. Коммуникативная деятельность: правила участия в дискуссии и диалоге, конструирование суждений и умозаключений. Практическая деятельность (ролевая игра): помощь тонущему, а также провалившемуся под лёд
2	Стартовый контроль	1	
3	Водоём зимой и летом.	4	
	<i>Современный транспорт и</i>	<b>10</b>	



	<b>безопасность.</b>		
4	Транспорт в современном мире	1	Интеллектуальная деятельность: сравнение и дифференциация видов транспорта, анализ информации, представленной в рассказе учителя. Коммуникативная деятельность: конструирование гипотез, суждений, выводов, составление памятки «Чтобы избежать наезда...». Аналитическая деятельность: работа с информацией, представленной в таблицах, схемах, иллюстрациях. Практическая деятельность (ролевая игра): действия по оказанию первой помощи при кровотечениях; наложение шины. Интеллектуальная деятельность: выдвижение предположений, построение доказательств, анализ информации, представленной в тексте учебника. Коммуникативная и рефлексивная деятельность: рассказы обучающихся «Моё поведение в метро», алгоритмизация поведения в условиях ЧС в метро. Интеллектуальная деятельность: анализ информации, представленной в рассказе-объяснении учителя и в тексте учебника; конструирование правил поведения перед полётом и во время полёта; нахождение ошибок в поведении пассажиров авиалайнера (по иллюстративному материалу). Рефлексивная деятельность, самоанализ: моё состояние во время полёта. Практическая деятельность (ролевая игра): спасательное оборудование, алгоритмизация поведения в условиях ЧС во время полёта. Аналитическая деятельность: анализ информации, представленной в объяснении учителя. Коммуникативная деятельность: алгоритмизация поведения во время пожара в поезде; конструирование вывода и умозаключения
5	Чрезвычайные ситуации на дорогах	3	
6	Опасные ситуации в метро	1	
7	Рубежный контроль	1	
8	Авиакатастрофы	2	
9	Железнодорожные катастрофы	2	
	<b>Безопасный туризм</b>	<b>16</b>	
10	Обеспечение безопасности в туристских походах	10	
11	Обеспечение безопасности в водном туристском походе	4	
12	Итоговое тестирование	1	
13	Итоговое повторение и обобщение.	1	

			деятельность: построение суждений, доказательств, пояснений. Сравнение и дифференциация: ложное и истинное суждение. Аналитическая деятельность: конструирование памятки «Безопасная организация движения группы по маршруту». Аналитическая деятельность: оценка информации представленной в тексте учебника, и составление памятки. Коммуникативная деятельность: правила участия в дискуссии и диалоге, конструирование суждений и умозаключений. Практическая деятельность (ролевая игра): составление и проигрывание различных вариантов программы поиска потерявшегося туриста и программы его действий в чрезвычайной ситуации.
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	

**Тематическое планирование по основам безопасности жизнедеятельности для 9 класса составлено с учетом рабочей программы воспитания.**

**Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:**

Воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной.

Формирование понимания ценности безопасного образа жизни

Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества.

Воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному состоянию международных отношений, учитывающее социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

Формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Формирование осознанного выполнения правил безопасности жизнедеятельности, включая решительный отказ от вредных привычек.

Формирование культуры безопасности жизнедеятельности.

Формирование осознанного выполнения правил безопасности жизнедеятельности по сохранению и укреплению здоровья, в том числе по сохранению и укреплению репродуктивного здоровья, как неперемного условия духовного, физического и социального благополучия.

Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятия ценности семейной жизни, уважительного и заботливого отношения к членам своей семьи.

Формирование понимания ценности навыков оказания первой помощи для здорового и безопасного образа жизни окружающих.

#### 9 класс

	<b><i>Когда человек сам себе враг.</i></b>	<b>8</b>	
1	Курение убивает	3	Аналитическая деятельность: оценка информации, представленной в объяснении учителя, в иллюстративном материале, схеме, чтение диаграммы. Рефлексивная деятельность: оценка своего отношения к курению, алкоголю. Коммуникативная
2	Стартовый контроль	1	
3	Алкоголь разрушает личность	2	

4	Скажем наркотикам нет!	1	деятельность: правила участия в диалоге, построение суждений и умозаключений, поведение в процессе ролевой игры. Практическая деятельность: первая помощь при отравлении алкоголем. Коммуникативная деятельность: суждение «Моё отношение к наркотикам»	
5	Токсикомания – страшная зависимость	1		
<b>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</b>		<b>16</b>		
6	Чрезвычайные ситуации и их классификация	2	Коммуникативная деятельность: характеристика ЧС различного вида; составление сообщения о какой-нибудь ЧС; составление характеристик балльной шкалы землетрясений. Совместная деятельность: правила взаимодействия; объективная оценка полученного результата. Работа с информацией в Интернете: отбор, анализ, адекватное использование. Практическая деятельность: создание памятки (инструкции) «Как вести себя во время землетрясения»; создание текста-репортажа «С места событий», составление рассказа по картине. Составление инструкции «Поведение при сходе селя, лавины, оползня». Коммуникативная деятельность: составление характеристики понятия «наводнение»; построение вопросов и ответов. Аналитическая деятельность: дополнение рассказа-объяснения учителя (по тексту учебника). Практическая деятельность действий при наводнении. Аналитическая деятельность: чтение информации, представленной в иллюстрациях и пиктограммах, оценка информации из рассказа-объяснения учителя; разрешение проблемной ситуации.	
7	Рубежный контроль	1		
8	Природные чрезвычайные ситуации	7		
9	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	6		
<b>Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации.</b>		<b>10</b>		
10	Экстремизм и терроризм	5		Коммуникативная деятельность: составление характеристики понятий «экстремизм» и «терроризм»; формулирование главной мысли рассказа объяснения учителя. Аналитическая деятельность: оценка информации, представленной в документах, тексте учебника; разработка программы поведения в ситуации террористической угрозы. Практическая деятельность: наложение повязки для остановки кровотечения. Коммуникативная деятельность: диалог с профессионалом. Коммуникативная деятельность: составление характеристики понятия «национальная безопасность».
11	Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму	2		
12	Национальная безопасность России	1		
13	Итоговое тестирование	1		
14	Итоговое повторение и обобщение.	1		
<b>Итого:</b>		<b>34</b>		
<b>Всего:</b>		<b>102</b>		