

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Статус документа

Программа по основам безопасности жизнедеятельности составлена на основе федерального компонента государственного стандарта основного общего образования и примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности.

Программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся, является основой для определения перечня учебного оборудования и приборов, необходимых для качественной организации образовательного процесса.

Программа выполняет две основные функции:

информационно-методическую функцию, которая позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами данного учебного предмета;

организационно-планирующую функцию, которая предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

### Структура программы

Программа включает три раздела: пояснительную записку; основное содержание с распределением учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов; требования к уровню подготовки обучающихся.

### Общая характеристика учебного предмета

В настоящей учебной программе реализованы требования федеральных законов: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне» и др.

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности в повседневной жизни, оказание первой помощи, основы безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях. Объем содержания является достаточным для формирования у обучающихся на второй ступени общеобразовательной школы основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

В ходе изучения предмета обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни, о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. Большое значение придается также формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой помощи пострадавшим.

### Цели

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- **развитие** качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- **воспитание** чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- **овладение умениями** предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

### Место предмета в базисном учебном плане

На изучение предмета выделяется 34 часа, из расчета 1 часа в неделю.

При этом в ней предусмотрена возможность использования разнообразных форм организации учебного процесса, внедрения современных методов обучения и педагогических технологий.

### **Общеучебные умения, навыки и способы деятельности**

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;

выделение характерных причинно-следственных связей;

творческое решение учебных и практических задач;

сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям; самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;

использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;

самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;

соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;

использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

### **Результаты обучения**

Результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» приведены в разделе «Требования к уровню подготовки обучающихся». Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Рубрика «Знать/понимать» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Рубрика «Уметь» включает требования, основанные на более сложных видах деятельности, в том числе творческой: анализировать и оценивать, действовать, использовать, соблюдать и т.д.

В рубрике «Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни» представлены требования, нацеленные на обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

Ожидаемый результат обучения по данной программе в наиболее общем виде может быть сформулирован как способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера.

Более подробно ожидаемые результаты обучения раскрыты в Требованиях к уровню подготовки обучающихся.

## **Основное содержание программы**

### **1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

#### **1.1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни**

Здоровье физическое и духовное. Режим труда и отдыха. Умственная и физическая работоспособность. Режим дня. Профилактика переутомления. Движение — естественная потребность организма.

Физическая культура и закаливание. Личная гигиена.

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка.

Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

### **1. 2. Правила обеспечения безопасности дорожного движения**

Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Причины дорожно-транспортных происшествий. Правила безопасного поведения пешехода на дорогах. Правила безопасного поведения велосипедиста на дороге.

Краткая характеристика современных видов транспорта. Правила безопасного поведения пассажиров на транспорте.

### **1. 3. Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре**

Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Меры пожарной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых приборов, отопительных печей, применении источников открытого огня.

Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, подъезде, балконе, подвале). Способы эвакуации из горящего здания.

Возникновение пожара на транспорте и его причины. Правила безопасного поведения в случае возникновения пожара на транспорте.

### **1. 4. Правила безопасного поведения на воде**

Правила безопасного поведения на воде. Особенности состояния водоемов в разное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

Опасность водоемов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

### **1. 5. Правила безопасного поведения в быту**

Опасность, возникающая при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами. Правила безопасного использования электрических и электронных приборов. Компьютер и здоровье.

Опасные вещества и средства бытовой химии. Опасности, возникающие при нарушении правил пользования ими. Действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека и правила оказания помощи при отравлениях и ожогах.

Правила безопасного использования различных инструментов при выполнении хозяйственных работ дома.

### **1. 6. Правила поведения на природе**

Автономное существование человека в природе. Правила безопасного поведения человека при вынужденном автономном существовании в природных условиях. Правила ориентирования на местности. Оборудование временного жилища (укрытия). Способы добывания огня. Обеспечение водой и питанием. Сигналы бедствия.

### **1.7. Нарушение экологического равновесия в местах проживания**

Влияние деятельности человека на окружающую среду. Экология и экологическая безопасность.

Загрязнение атмосферы, вод, почв. *Понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ.*

Краткая характеристика состояния окружающей среды в регионе и месте проживания. Правила безопасного поведения в экологически неблагоприятных районах.

## **1. 8. Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях**

Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приемы самозащиты.

Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте.

Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников. Основные виды мошенничества, с которыми наиболее часто приходится встречаться в повседневной жизни.

Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб.

Правила безопасного поведения в толпе. Психологическая картина толпы. Поведение толпы при возникновении паники. Рекомендации по правилам безопасного поведения в толпе.

## **2. Оказание первой помощи**

Медицинская (домашняя) аптечка. перевязочные и лекарственные средства.

Средства индивидуальной защиты органов дыхания (противогаз ГП-7, детский противогаз ПДФ-Ш). Их использование.

Первая помощь при травмах. Способы остановки кровотечений.

Первая помощь при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавших.

Первая помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.

Первая помощь при утоплении и удушении.

Первая помощь при тепловом и солнечном ударе, обморожении.

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

### **3. 1. Чрезвычайные ситуации природного характера, их последствия и правила безопасного поведения**

Землетрясения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясений.

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 во время и после схода селя, оползня, обвала, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.

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

Наводнения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнениях, 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.

### **3.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и правила безопасного поведения**

Понятие о промышленных авариях и катастрофах. Потенциально опасные объекты.

Пожары и взрывы, их характеристика, пожаровзрывоопасные объекты. Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах

Промышленные аварии с выбросом опасных химических веществ. Химически опасные объекты производства. Аварийно химически опасные вещества (АХОВ) их характеристика и поражающие факторы. Защита населения от АХОВ. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом опасного химического вещества.

Аварии на радиационно опасных объектах. Правила безопасного поведения при радиационных авариях.

Гидродинамические аварии. Правила безопасного поведения при угрозе и в ходе наводнения при гидродинамической аварии.

### **3. 3. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций**

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Сигнал «Внимание всем!». Речевая информация, передаваемая по радио, приемнику, телевизору о чрезвычайных ситуациях.

Инженерная, радиационная и химическая защита населения.

Эвакуация. Обязанности и правила поведения людей при эвакуации.

В рамках реализации комплекса мер, направленных на противодействие идеологии терроризма и экстремизма в системе образования, формирования навыков антитеррористического поведения обучающихся, использовать при изучении предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» учебники, в которые включены разделы по основам противодействия терроризму и экстремизму в РФ, а также информационно-аналитические материалы, дополняющие вышеуказанные учебники: «Справочник по противодействию терроризму», «Терроризм- ты под прицелом», «Экстремизм- основа и идеология террора».

При проведении занятий по антитеррористической тематике использовать научно-популярные брошюры для внеклассного чтения: «Защитим свой мир» издательство «Просвещение», информационные ресурсы Интернет-портала «Наука и образование против террора», а также сайты, на которых размещаются актуальные информационные и аналитические материалы.

Рабочая программа составлена из расчета 1 час в неделю, 34 часа в год

Преподавание ведется по учебникам:

для обучающихся 7 класса общеобразовательных учреждений «Обеспечение безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией А.Т. Смирнова, Российская академия наук, Российская академия образования, 3-е издание, Москва «Просвещение» 2010;

для обучающихся 9 класса общеобразовательных учреждений «Обеспечение безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией А.Т. Смирнова, Российская академия наук, Российская академия образования, 2-е издание. Москва «Просвещение» 2010.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 7 КЛАСС**

| Период      | Раздел | Тема | Всего часов | В том числе |          | Выполнение практической части программы |                     |                     |                  |                        |                     | УУД |                    |
|-------------|--------|------|-------------|-------------|----------|---|---------------------|---------------------|------------------|------------------------|---------------------|-----|--------------------|
|             |        |      |             | теория      | практика | Контроль                                | Лабораторные работы | Практические работы | Обобщающие уроки | Региональный компонент | Уроки развития речи |     | Внеклассное чтение |
| 1 Четверть  | I-II   | 1-2  | 9           | 9           |          | 1                                       |                     |                     |                  | 1                      |                     |     |                    |
| 2 Четверть  | II     | 2-4  | 7           | 7           |          | 1                                       |                     |                     |                  | 1                      |                     |     |                    |
| 1 Полугодие | I-II   | 1-4  | 16          | 16          |          | 2                                       |                     |                     |                  | 2                      |                     |     |                    |
| 3 Четверть  | II-III | 4-6  | 10          | 10          |          | 1                                       |                     |                     |                  | 2                      |                     |     |                    |
| 4 Четверть  | III    | 6-7  | 8           | 5           | 3        | 1                                       |                     | 3                   |                  |                        |                     |     |                    |
| 2 Полугодие | II-III | 4-7  | 18          | 15          | 3        | 2                                       |                     | 3                   |                  | 2                      |                     |     |                    |
| Год         | I-III  | 1-7  | 34          | 31          | 3        | 4                                       |                     | 3                   |                  | 4                      |                     |     |                    |

**РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА 7 КЛАСС**

| Наименование раздела.  | Количество часов. |
|--|-------------------|
| Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. | 3                 |
| Чрезвычайные ситуации природного характера                         | 21                |
| Основы медицинских знаний и здорового образа жизни                 | 10                |
| <b>Итого:</b>  | <b>34</b>         |

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 9 КЛАСС**

| Период      | Раздел | Тема | Всего часов | В том числе |          | Выполнение практической части программы |                     |                     |                  |                        |                     | УУД |                    |
|-------------|--------|------|-------------|-------------|----------|---|---------------------|---------------------|------------------|------------------------|---------------------|-----|--------------------|
|             |        |      |             | теория      | практика | Контроль                                | Лабораторные работы | Практические работы | Обобщающие уроки | Региональный компонент | Уроки развития речи |     | Внеклассное чтение |
| 1 Четверть  | I      | 1-3  | 9           | 9           |          | 1                                       |                     |                     |                  | 2                      |                     |     |                    |
| 2 Четверть  | I      | 3-5  | 7           | 7           |          | 1                                       |                     |                     |                  | 2                      |                     |     |                    |
| 1 Полугодие | I      | 1-5  | 16          | 16          |          | 2                                       |                     |                     |                  | 4                      |                     |     |                    |
| 3 Четверть  | I-II   | 5-7  | 10          | 10          |          | 1                                       |                     |                     |                  | 1                      |                     |     |                    |
| 4 Четверть  | II     | 7-8  | 8           | 8           |          | 1                                       |                     |                     |                  |                        |                     |     |                    |
| 2 Полугодие | I-II   | 5-8  | 18          | 18          |          | 2                                       |                     |                     |                  | 1                      |                     |     |                    |
| Год         | I-II   | 1-8  | 34          | 34          |          | 4                                       |                     |                     |                  | 5                      |                     |     |                    |

## РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА 9 КЛАСС

| Наименование раздела.                                 | Количество часов. |
|---|-------------------|
| Основы безопасности личности, общества и государства. | 24                |
| Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.   | 10                |
| Итого:  | 34                |

### Требования к уровню подготовки выпускников

#### **Знать/понимать**

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия.

#### **Уметь**

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

#### **Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ** осуществляется в форме письменного опроса, теста или по итогам практической работы.

**ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ** осуществляется по окончании четверти (полугодия) в форме комплексной контрольной или практической работы