

Муниципальное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №5  
имени 63-го Угличского пехотного полка

Рассмотрена  
на заседании МО учителей  
эстетических дисциплин и  
физической культуры  
Протокол № 1  
от «30» августа 2016 г.  
Рук. МО Ю.Л. /Большакова Ю.Л./

Утверждена  
Приказ по МОУ СОШ №5  
№ 70/01-09 от «1» сентября 2016 г.  
Директор МОУ СОШ №5:  
Н.Л. /Пятницына Н.Л./



**Рабочая программа учебного предмета**  
**«основы безопасности жизнедеятельности»**  
**7-8 класс**

**Составитель:**  
Захаров М.А.

Углич, 2016 год

---

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Класс	Предметные результаты	Метапредметные результаты
7	<p><u>Ученик научится:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;</li> <li>-предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;</li> <li>-безопасно использовать средства индивидуальной защиты;</li> <li>- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;</li> <li>-классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;</li> <li>-безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;</li> <li>-комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;</li> <li>-характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;</li> <li>-оказывать первую медицинскую помощь в различных ситуациях и при различных травмах;</li> </ul> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>-предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;</li> <li>-классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;</li> <li>-оказывать первую помощь при различных видах травм;</li> <li>-усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> </ul>	<p><b>Смысловое чтение:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— выделять главную и избыточную информацию;</li> <li>—связывать информацию, обнаруженную в тексте, со знаниями из других источников;</li> </ul> <p><b>Проектная и учебно-исследовательская деятельность:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обсуждение способов оформления конечных результатов (презентаций, защиты, творческих отчетов, просмотров и пр.);</li> </ul> <p><b>ИК-компетентность:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать музыкальные и звуковые редакторы;</li> <li>- выступать с аудио- и видеоподдержкой;</li> </ul>
8	<p><u>Ученик научится:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;</li> <li>-безопасно использовать бытовые приборы;</li> <li>-безопасно использовать средства бытовой химии;</li> <li>-предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;</li> <li>-безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в различных местах(лифт, подъезд, улица, квартира и т.д.);</li> <li>-безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже, мошенничество;</li> <li>-адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;</li> <li>-адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;</li> <li>-соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;</li> <li>-соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства правила поведения на транспорте (наземном, в том числе</li> </ul>	<p><b>Смысловое чтение:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— выделять главную и избыточную информацию;</li> <li>—связывать информацию, обнаруженную в тексте, со знаниями из других источников;</li> </ul> <p><b>Проектная и учебно-исследовательская деятельность:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обсуждение способов оформления конечных результатов (презентаций, защиты, творческих отчетов, просмотров и пр.);</li> </ul> <p><b>ИК-компетентность:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать музыкальные и звуковые редакторы;</li> <li>- выступать с аудио- и</li> </ul>

<p>железнодорожном, воздушном и водном);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;</li> <li>-адекватно оценивать ситуацию и использовать правила в автономных условиях;</li> <li>-характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;</li> <li>-адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;</li> <li>-классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;</li> <li>- оказывать первую медицинскую помощь в различных ситуациях и при различных травмах;</li> </ul> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;</li> <li>-адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;</li> <li>-анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;</li> <li>-анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;</li> <li>-классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;</li> <li>- оказывать первую помощь при различных видах травм.</li> </ul>	<p>видеоподдержкой;</p>
--	-------------------------

## Содержание программы по классам 7 класс

(34 часа , 1 час в неделю)

### Раздел 1. Основы безопасного личности, общества и государства (31 ч)

Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Общие сведения об опасных природных явлениях и чрезвычайных ситуациях природного характера на территории РФ. Понятие о землетрясениях, их происхождение и характеристика. Понятие о сейсмических поясах и сейсмически активных районах. Сейсмически активные районы в России. Причины возникновения землетрясений. Типы волновых колебаний. Классификация землетрясений по происхождению. Оценка землетрясений. Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясения. Примерное соотношение между магнитудой землетрясения по шкале Рихтера и интенсивностью землетрясения по шкале Меркали. Последствия землетрясений. Меры по снижению ущерба от землетрясений. Основные причины несчастных случаев при землетрясении. Признаки приближающегося землетрясения. Наиболее безопасные места для укрытия в здании при землетрясении. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясений. Правила безопасного поведения после человека, оказавшегося после землетрясения в завале.

#### **Практическая работа №1.**

-Отработка действий по сигналу «Внимание всем!». Понятие о вулканах и их характеристика. Территории в России, подверженные вулканическим извержениям. Причины извержения вулканов. Последствия извержения вулканов. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения. Понятие об оползнях и их происхождении. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Оползнеопасные районы в России. Классификация оползней. Понятие о селях и их происхождение. Причины образования селей. Селеопасные зоны в России. Классификация селей.

Понятие об обвалах, их происхождение. Причины образования обвалов. Разновидности обвалов (камнепады, обвалы грунта, обрушение ледников) и их характеристика. Понятие о лавинах и их происхождение. Причина образования лавин. Лавиноопасные районы в России. Основные поражающие факторы и последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Меры по снижению потерь от оползней, селей, обвалов и лавин. Рекомендации населению, проживающему в оползне-, селе-, обвало- и лавиноопасных зонах. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, снежной лавины. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, снежной лавины, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия. Понятие об ураганах, бурях, смерчах и причины их возникновения. Понятие о циклонах и зоны их зарождения. Шкала Бофорта и показатели, определяющие разрушающее действие воздушных масс. Классификация ураганов в зависимости от скорости ветра. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц, а также в зависимости от скорости ветра. Последствия ураганов и их особенности. Последствия пыльных и снежных бурь и их особенности. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча.

#### **Практическая работа №2.**

-Отработка навыков действий при оповещении об урагане. Понятие о наводнении и его характеристика. Происхождение наводнений и причины возникновения. Понятие о затоплении. Последствия затопления для населенных пунктов, сельскохозяйственных угодий и природных комплексов. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении.

#### **Практическая работа №3.**

-Отработка действий при оповещении о наводнении. Понятие о цунами и их характеристика. Происхождение цунами и причины их возникновения. Зависимость разрушительной силы цунами от скорости волны и направления ее движения. Признаки приближающегося цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении цунами. Понятие о лесных и торфяных пожарах. Основные причины возгорания лесов. Классы лесных пожаров. Основные и вторичные поражающие факторы лесных и торфяных пожаров. Основные способы тушения лесных пожаров. Предупреждение лесных пожаров. Понятие о пожароопасном сезоне в лесах. Правила безопасного поведения при возникновении лесных и пожаров: в зоне лесного пожара; в лесу, где возник пожар.

#### **Практическая работа №4.**

-Отработка действий при оповещении о пожаре. Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии и их классификация. Происхождение и последствия инфекционных заболеваний людей, животных и сельскохозяйственных культур. Меры предупреждения инфекционных заболеваний людей и животных. Структура и общие правила личной гигиены. Особенности психологических процессов и свойств мышления человека при оценке ситуации, угрожающей здоровью и жизни. Понятие о темпераменте. Типы темперамента человека и его характеристики. Влияние темперамента на характер человека. Возникновение страха и паники при стихийном бедствии, их признаки и влияние на психику человека.

#### **Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (2 ч)**

Понятие о повязке и перевязке. Классификация повязок. Средства перевязки (марлевые, эластичные и трубчатые бинты) и их характеристика. Общие правила наложения повязок. Техника наложения повязок на руку и на ногу.

#### **Практическая работа №5.**

-Наложение повязок. Характеристика открытых и закрытых переломов, их особенности. Общие правила оказания первой помощи при переломе костей и способы наложения шин. Способы переноски пострадавших. Переноска пострадавших: при помощи лямок, на руках. Порядок применения различных способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

#### **Раздел 3. Основы здорового образа жизни (1 ч)**

Понятие о режиме. Составляющие режима дня и их характеристика. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Элементы режима труда и отдыха. Трудовая деятельность школьников. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Примерный режим дня учащихся. Утомление и переутомление, их причины и признаки. Профилактика утомления и переутомления.

### **8 класс**

**(34 часа , 1 час в неделю)**

#### **Раздел 1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни(15 ч)**

Здоровье физическое и духовное. Режим труда и отдыха. Режим дня. Профилактика переутомления. Физическая культура и закаливание. Личная гигиена. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Дорожное движение и его

участники. Дорога и ее составные части. Причины дорожно-транспортных происшествий. Правила дорожного движения (пешеходов и велосипедистов)

#### **.Практическая работа-1.**

-Правила дорожного движения пешеходов и велосипедистов. Краткая характеристика современных видов транспорта. Правила безопасного поведения пассажиров на транспорте. Пожар. Возможные причины пожара. Меры пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре. Использование средств пожаротушения.

#### **Практическая работа-2.**

-Правила применения средств пожаротушения. Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, компьютером. Безопасное поведение человека в природных условиях. Ориентирование на местности. Оборудование временного жилища (укрытия). Способы добывания огня. Обеспечение водой и питанием. Сигналы бедствия.

#### **Практическая работа-3.**

-Сигналы бедствия, ориентирование на местности. Правила безопасного поведения в экологически неблагоприятных районах. ПДК вредных веществ. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы самозащиты. Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение при захвате в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников.

#### **Раздел 2. Оказание первой медицинской помощи(4 ч).**

Медицинская (домашняя) аптечка. перевязочные и лекарственные средства. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Их использование. Первая медицинская помощь при травмах. Способы остановки кровотечений.

#### **Практическая работа-4.**

-Первая медицинская помощь при травмах.

Первая медицинская помощь при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавших. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами. Первая медицинская помощь при утоплении и удушении. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе, обморожении.

#### **Раздел 3. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера(16 ч).**

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

#### **Практическая работа-5.**

-Правила безопасного поведения при землетрясении.

Вулканы и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при извержении вулканов. Оползни, сели, обвалы, лавины и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения. Ураганы, бури, смерчи и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения. 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. 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. 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. 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.

#### **Практическая работа-6.**

-Действие по сигналу «Внимание всем!». Инженерная, радиационная и химическая защита населения. Эвакуация. Обязанности и правила поведения людей при эвакуации.

## Тематическое планирование

Раздел	Тема	Количество о часов
<b>7 класс</b>		
<b>Основы безопасного личности, общества и государства. 31 час</b>	1. Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация	1
	2. Землетрясения	3
	3. Вулканы	2
	4. Оползни, сели, обвалы и снежные лавины	6
	5. Ураганы, бури, смерчи	4
	6. Наводнения	3
	7. Цунами	3
	8. Природные пожары.	4
	9. Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений.	2
	10. Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера.	3
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи. 2 часа</b>	1. Наложение повязок и помощь при переломах	2
<b>Основы здорового образа жизни. 1 час</b>	1. Режим учебы и отдыха подростка	1
<b>8 класс</b>		
<b>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. 14 часов</b>	1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни	2
	2. Правила обеспечения безопасности дорожного движения	2
	3. Правила пожарной безопасности и поведения на пожаре	2
	4. Правила безопасного поведения на воде	1
	5. Правила безопасного поведения в быту	1
	6. Правила поведения на природе	2
	7. Нарушение экологического равновесия в местах проживания	1
	8. Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях	3
<b>Оказание ПМП. 4 часа</b>		4
<b>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. 16 часов</b>	1. ЧС природного характера	7
	2. Промышленные аварии и катастрофы. Потенциально опасные объекты.	5
	3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.	1
	4. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Сигнал «Внимание всем!».	1
	5. Инженерная, радиационная и химическая защита населения	1
	6. Эвакуация. Обязанности и правила поведения людей при эвакуации.	1