

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа с. Лебяжье Измалкавского муниципального района»**

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_ Ю. С. Шлеева

Приказ № 90 от 28.08.23 г.

**Рабочая программа  
по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»  
для 5, 7 классов  
(базовый уровень, 1 ч в неделю, 34 ч в год)  
на 2023 – 2024 уч. г.**

**Составитель:  
Данилов В. Н.  
учитель ОБЖ**

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований к планируемым результатам основной образовательной программы основного общего образования МБОУ ООШ с. Лебяжье, реализующей ФГОС ООО.

В рабочую программу включены планируемые результаты освоения учебного предмета, содержание учебного предмета, тематическое планирование.

В своей предметной ориентации рабочая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- анти экстремистское, антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

### 5 класс

#### **I. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий обучающегося.

##### **Личностные результаты**

- 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;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде.

##### **Метапредметные результаты**

##### **Регулятивные УУД**

##### **Обучающийся сможет:**

- самостоятельно приобретать новые знания и практические умения, умение управлять своей познавательной деятельностью;

- организовывать свою деятельность, определять цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты;
- самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель учебной деятельности, выбирать тему проекта;
- выдвигать версии решения проблемы, осознавать конечный результат, выбирать из предложенного и искать самостоятельно средства достижения цели;
- составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта);
- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно;
- в диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

### **Познавательные УУД**

#### ***Обучающийся сможет:***

- вести самостоятельный поиск, анализ, отбор информации, ее преобразование, сохранение, передачу и презентацию с помощью технических средств и информационных технологий;
- анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений;
- осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить рассуждение логически, включающее установление причинно-следственных связей;
- создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта;
- составлять тезисы, различные виды планов (простых, сложных и т.п.);
- преобразовывать информацию из одного вида в другой (таблицу в текст и пр.);
- вычитывать все уровни текстовой информации;
- определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать её достоверность.

### **Коммуникативные УУД**

#### ***Обучающийся сможет:***

самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).

### **Предметные результаты**

#### **Обучающиеся научатся:**

- предвидеть возникновение наиболее распространенные опасные ситуации по их характерным признакам;
- принимать грамотные решения и уметь действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций, обеспечивая личную безопасность;
- уверенно действовать при угрозе террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях
- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста.

**Обучающиеся получают возможность обладать компетенциями по практическому применению полученных знаний и умений:**

- для обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- для подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- для оказания первой помощи пострадавшим;
- для формирования убеждений и потребности в соблюдении норм разумного и здорового образа жизни.

## **II. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ**

**Особенности города как среды обитания человека.** Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в опасных ситуациях.

**Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).** Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

**Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).** Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

**Пожар.** Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

**Затопление квартиры.** Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

**Электричество.** Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

**Опасные вещества и продукты питания.** Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при

употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

**Взрыв и обрушение дома.** Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

**Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).** Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

**Опасность толпы.** Чем опасна толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

**Собака бывает кусачей.** Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГАХ И НА ТРАНСПОРТЕ

**Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.** Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.

**Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.** Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.

**Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.** Особенности видов городского общественного транспорта и характеристика основных типов аварийных ситуаций на них. Правила безопасного поведения в автобусе (в случае аварии), троллейбусе и трамвае (при нахождении под током). Зоны опасности в метрополитене, их характеристика. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (остановке в туннеле, падении на пути и т. п.). Правила безопасного поведения пассажира автомобиля во время поездки, при неизбежном столкновении.

**Железнодорожный транспорт.** Характеристика железнодорожного транспорта. Опасные зоны железнодорожного транспорта. Правила поведения на железнодорожном транспорте (во время ожидания и движения поезда). Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде.

**Авиационный транспорт.** Характеристика авиационного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

**Морской и речной транспорт.** Характеристика водного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила эвакуации с судна. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Правила посадки на спасательное средство (шлюпку, надувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

## ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА

**Психологические основы самозащиты.** Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

**Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.** Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

**Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.** Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

**Как избежать опасных домогательств.** Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

**Правила поведения при захвате в заложники.** Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

## ЗАГРЯЗНЕНИЕ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ

Современная экологическая ситуация в мире (уничтожение лесов, загрязнение воды, разрушение озонового слоя). Почему важно охранять природу.

**Загрязнение воды.** Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

**Загрязнение воздуха.** Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

**Загрязнение почвы.** Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

## СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

**Фильтрующие противогазы.** Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение. Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

## ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

**Виды ранений, их причины и первая помощь.** Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

**Общая характеристика кровотечений.** Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

**Первая помощь при кровотечении.** Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

### ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

**Движение и здоровье.** Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

**Нарушения осанки и причины их возникновения.** Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

**Телевизор и компьютер — друзья или враги?** Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

**Развитие и изменение организма в вашем возрасте.** Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

**Физическое и нравственное взросление человека.** Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления.

### III. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

№ урока.	Тема урока	Количество часов
<b>Основы безопасности личности, общества, государства (27 часов)</b>		<b>27</b>
<b>1. Личная безопасность в повседневной жизни</b>		<b>11</b>
1.	Особенности города как среды обитания человека.	1
2.	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1
3.	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	1
4.	Пожар.	1
5.	Затопление квартиры.	1
6.	Электричество.	1
7.	Опасные вещества и продукты питания.	1
8.	Взрыв и обрушение дома.	1
9.	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи)	1
10.	Опасность толпы.	1
11.	Собака бывает кусачей.	1
<b>2. Безопасность на дорогах и на транспорте</b>		<b>7</b>
12.	Организация дорожного движения.	1

13.	Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	1
14.	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.	1
15.	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	1
16.	Железнодорожный транспорт.	1
17.	Авиационный транспорт.	1
18.	Морской и речной транспорт.	1
<b>3. Опасные ситуации социального характера</b>		<b>4</b>
19.	Психологические основы самозащиты.	1
20.	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	1
21.	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1
22.	Правила поведения при захвате в заложники.	1
<b>4. Загрязнение среды обитания</b>		<b>3</b>
23.	Загрязнение воды.	1
24.	Загрязнение воздуха.	1
25.	Загрязнение почвы.	1
<b>5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания</b>		<b>2</b>
26.	Фильтрующие противогазы.	1
27.	Пользование противогазом.	1
<b>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (7 часов)</b>		<b>7</b>
<b>1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>		<b>3</b>
28.	Виды ранений, их причины и первая помощь.	1
29.	Общая характеристика кровотечений.	1
30.	Первая помощь при кровотечении.	1
<b>2. Основы здорового образа жизни</b>		<b>4</b>
31.	Движение и здоровье. Нарушения осанки и причины их возникновения.	1
32.	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	1
33.	Развитие и изменение организма в вашем возрасте.	1
34.	Физическое и нравственное взросление человека.	1
<b>Итого</b>		<b>34ч</b>



## 7 класс

### **I. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий обучающегося.

#### **Личностные результаты**

##### ***Обучающийся сможет:***

- проявлять эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, к необходимости ее сохранения и рационального использования;
- проявлять патриотизм, любовь к своей местности, своему региону, своей стране;
- уважать историю, культуру, национальные особенности, традиции и обычаи других народов;
- оценивать с позиций социальных норм собственные поступки и поступки других людей;
- взаимодействовать с людьми, работать в коллективе, вести диалог, дискуссию, вырабатывая общее решение;
- ориентироваться в окружающем мире, выбирать цель своих действий и поступков, принимать решения.

#### **Метапредметные результаты**

##### **Регулятивные УУД**

##### ***Обучающийся сможет:***

- самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель;
- определять критерии для сравнения фактов, явлений, событий, объектов;
- выдвигать версии решения проблемы, осознавать (и интерпретировать в случае необходимости) конечный результат, выбирать средства достижения цели, а также искать их самостоятельно;
- составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта);
- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно (в том числе и корректировать план);
- совершенствовать самостоятельно выбранные критерии оценки в диалоге с учителем.

##### **Познавательные УУД**

##### ***Обучающийся сможет:***

- анализировать связи соподчинения и зависимости между компонентами объекта;
- выявлять причинно-следственные связи;
- осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая критерии для указанных логических операций;
- строить рассуждение логически, включающее установление причинно-следственных связей;
- создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта;
- составлять тезисы, различные виды планов (простых, сложных и т. п.);
- преобразовывать информацию из одного вида в другой (таблицу в текст и т. д.);
- определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

##### **Коммуникативные УУД**

##### ***Обучающийся сможет:***

- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, договариваться друг с другом и т. д.);
- выслушивать и объективно оценивать другого;
- в дискуссии уметь выдвинуть аргументы и контраргументы;
- учиться критично относиться к своему мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения и корректировать его;
- понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты (гипотезы, аксиомы, теории);
- уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций;
- уметь вести диалог, вырабатывая общее решение.
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: сохранения здоровья и соблюдения норм экологического поведения; сохранения окружающей среды и социально ответственного поведения в ней; адаптации к условиям проживания на определенной территории;
- самостоятельно оценивать уровень безопасности окружающей среды как сферы жизнедеятельности.

### **Предметные результаты**

#### ***Обучающийся научится:***

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с применением бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы и средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах.

#### ***Обучающиесяполучат возможность научиться:***

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;

- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- безопасно использовать ресурсы Интернета;
- определять состояния, требующие оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей.

## **II. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ, ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА**

**Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.** Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

#### **ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ. ИЗ ИСТОРИИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ**

**Происхождение и классификация землетрясений.** Понятие о землетрясении. Сейсмические пояса и сейсмически активные районы. Понятие об очаге и эпицентре землетрясения. Причины возникновения землетрясений и их последствия. Классификация землетрясений по происхождению. Отслеживание землетрясений с помощью сейсмографа.

**Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь.** Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясений. Оценка землетрясений по шкале Рихтера и шкале Меркалли. Типичные проявления землетрясений и уровень разрушений при различных величинах магнитуды и интенсивности. Типичные последствия землетрясений, их характеристика. Меры по снижению ущерба от землетрясений.

**Правила безопасного поведения при землетрясениях.** Основные причины несчастных случаев при землетрясениях. Меры по предотвращению повреждений или уменьшению их тяжести. Признаки приближающегося землетрясения. Действия при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время него и после: на улице, в школе, в доме (квартире). Правила безопасного поведения в случае попадания в завал.

### ВУЛКАНЫ. ИЗ ИСТОРИИ ИЗВЕРЖЕНИЙ ВУЛКАНОВ

**Общее понятие о вулканах.** Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумароле. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи.

**Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов.** Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.

### ОПОЛЗНИ, СЕЛИ, ОБВАЛЫ И СНЕЖНЫЕ ЛАВИНЫ

Общее условие возникновения оползней, селей, обвалов и лавин. Зоны повышенной опасности на территории России.

**Оползни.** Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней.

**Сели (селевые потоки).** Из истории селей. Понятие о селе. Причины образования селей, их характерные особенности и места возникновения. Классификация селей по составу селеобразующих пород, мощности и высоте истоков. Теплая и холодная зона селеопасных горных районов на территории России.

**Обвалы.** Из истории обвалов. Понятие об обвале. Причины, вызывающие обвалы. Классификация обвалов по мощности и масштабу. Разновидности обвалов и их характеристика.

**Снежные лавины.** Из истории лавин. Понятие о лавине. Характерные особенности лавин, места и причины их возникновения. Помощь поисковых собак в обнаружении засыпанных снегом людей.

**Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин.** Основные поражающие факторы оползней, селей, обвалов и лавин, наносимый ими ущерб. Меры по предупреждению этих явлений и снижению потерь от них. Правила безопасности для населения, проживающего в опасных районах.

**Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины и во время него. Действия, способствующие безопасному выходу из зоны стихийного бедствия.

### УРАГАНЫ, БУРИ, СМЕРЧИ

**Происхождение ураганов, бурь и смерчей.** Шкала Бофорта и измерение скорости воздушных масс. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Понятие о циклонах и их характеристика. Области зарождения тропических циклонов.

**Классификация ураганов, бурь и смерчей.** Понятие об урагане. Классификация ураганов по скорости ветра. Происхождение ураганов и причиняемые ими разрушения. Понятие о буре. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц и скорости ветра. Понятие о смерче. Классификация смерчей по происхождению, строению, времени действия и охвату пространства.

**Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей и наносимый ими ущерб. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей.

**Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.** Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Подходящие укрытия. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча и после них.

### НАВОДНЕНИЯ. ИЗ ИСТОРИИ НАВОДНЕНИЙ

**Виды наводнений.** Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу. Виды наводнений по причинам возникновения и их характеристика.

**Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы наводнений и наносимый ими ущерб. Радикальные средства защиты и оперативные предупредительные меры по снижению потерь от наводнений.

**Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Действия в случае внезапного наводнения и правила само эвакуации. Правила безопасного поведения после наводнения.

### ЦУНАМИ. ИЗ ИСТОРИИ ЦУНАМИ

**Причины и классификация цунами.** Понятие о цунами. Классификация цунами по причинам возникновения и интенсивности.

**Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы цунами и последствия их воздействия. Предупредительные меры по снижению потерь среди населения. Признаки приближения цунами. Меры по уменьшению ущерба от цунами.

**Правила безопасного поведения при цунами.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами. Рекомендуемые и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами.

### ПРИРОДНЫЕ ПОЖАРЫ

**Причины природных пожаров и их классификация.** Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика.

**Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение.** Основные поражающие факторы природных пожаров и последствия их воздействия. Способы тушения природных пожаров. Меры по предупреждению природных пожаров. Запрещенные действия в лесу в пожароопасный сезон.

**Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении.** Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара или около нее. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу.

### МАССОВЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЮДЕЙ, ЖИВОТНЫХ И РАСТЕНИЙ

**Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.** Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений.

**Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.** Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ УСЛОВИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

**Человек и стихия.** Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию.

**Характер и темперамент.** Понятие о темпераменте. Типы темперамента и их характеристика. Понятие о характере. Влияние темперамента и характера на действия в чрезвычайной ситуации.

**Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.** Особенности психологических процессов во время стихийных бедствий. Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику неподготовленного человека. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

## ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ НАЛОЖЕНИЕ ПОВЯЗОК И ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ

**Правила наложения повязок.** Разновидности повязок и их характеристика. Индивидуальный пакет первой помощи. Общие правила наложения повязок. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, грудь.

**Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.** Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов, первая помощь при травме кости. Способы наложения шин. Принципы и способы транспортировки пострадавших. Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

## ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. РЕЖИМ УЧЕБЫ И ОТДЫХА ПОДРОСТКА

**Режим — необходимое условие здорового образа жизни.** Понятие о режиме. Формирование навыков здорового образа жизни. Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

**Профилактика переутомления и содержание режима дня.** Понятия о режиме дня и бюджете времени. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Активный отдых, сон и рациональное питание. Трудовая деятельность школьников. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Рекомендации по повышению эффективности самоподготовки.

### III. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

№урока	Тема	Кол-во часов
<b>Основы безопасности личности, общества и государства (31 час)</b>		<b>31</b>
<b>1. Землетрясения</b>		<b>4</b>
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация	1
2	Происхождение и классификация землетрясений	1
3	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь	1

4	Правила безопасного поведения при землетрясениях	1
<b>2. Вулканы</b>		<b>2</b>
5	Общее понятие о вулканах	1
6	Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов	1
<b>3. Оползни, сели, обвалы и снежные лавины</b>		<b>6</b>
7	Оползни	1
8	Сели (селевые потоки)	1
9	Обвалы	1
10	Снежные лавины	1
11	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин	1
12	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин	1
<b>4. Ураганы, бури, смерчи</b>		<b>4</b>
13	Происхождение ураганов, бурь и смерчей	1
14	Классификация ураганов, бурь и смерчей	1
15	Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	1
16	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	1
<b>5. Наводнения</b>		<b>3</b>
17	Виды наводнений	1
18	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	1
19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений	1
<b>6. Цунами</b>		<b>3</b>
20	Причины и классификация цунами	1
21	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них	1
22	Правила безопасного поведения при цунами	1
<b>7. Природные пожары</b>		<b>4</b>
23	Причины природных пожаров и их классификация	1
24	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение	1
25	Правила безопасного поведения в зоне лесного пожара и при его тушении	1
26	Правила безопасного поведения в зоне торфяного пожара и при его тушении	1

<b>8. Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений</b>		<b>2</b>
27	Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии	1
28	Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений	1
<b>9. Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера</b>		<b>3</b>
29	Человек и стихия	1
30	Характер и темперамент	1
31	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	1
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (3 часа)</b>		<b>3</b>
<b>1. Наложение повязок и помощь при переломах</b>		<b>2</b>
32	Правила наложения повязок	1
33	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	1
<b>2. Основы здорового образа жизни. Режим учебы и отдыха подростка</b>		<b>1</b>
34	Режим дня. Профилактика переутомления	1
<b>Итого</b>		<b>34 ч</b>

## **УМК « Основы безопасности жизнедеятельности» 5, 7 классы**

### **ОБЖ5 класс**

1. Рабочая программа. Предметная линия учебников УМК В.Н. Латчука.«Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы: учебно-методическое пособие /авт.-сост. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – М.: Дрофа, 2017.
2. Поляков В. В., Кузнецов М. И., Марков В. В., Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник. - М.: Дрофа, 2014.
3. Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.

### **ОБЖ 7 класс**

1. Рабочая программа. Предметная линия учебников УМК В.Н. Латчука. «Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы: учебно-методическое пособие /авт.-сост. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – М.: Дрофа, 2017.
2. Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник. - М.: Дрофа, 2016.



3. Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: методическое пособие. [Электронный ресурс] - М.: Дрофа, 2017.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**5 КЛАСС (базовый уровень; 1 час в неделю, всего 34 часа)**

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		Примечание Домашнее задание
		план	факт	
1.	Особенности города как среды обитания человека.			§ 1.1 с.4-10
2.	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).			§ 1.2 с.4-10
3.	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).			§ 2.1 с.13
4.	Пожар: причины и опасность			§ 2.2 с.16
5.	Затопление квартиры.			§ 2.3 с. 32

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		Примечание Домашнее задание
		план	факт	
6.	Электричество.			§ 2.4. с.36
7.	Опасные вещества и продукты питания.			§.2.5. с.40
8.	Взрыв и обрушение дома.			§. 2.6. с. 46
9.	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи)			§.2.7. с. 49
10.	Опасность толпы.			§ 3.2. с. 51
11.	Собака бывает кусачей.			§. 3.3. с.54
12.	Организация дорожного движения.			§.4.1. с. 57
13.	Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.			§.4.1. с. 57
14.	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.			§.4.2. с. 59
15.	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.			§ 4.2 с 59
16.	Железнодорожный транспорт.			§ 4.3. с. 68
17.	Авиационный транспорт.			§ 4.4. с.73
18.	Морской и речной транспорт.			§ 4.5 С.74

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		Примечание Домашнее задание
		план	факт	
19.	Психологические основы самозащиты.			§.5.1. с. 79
20.	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.			§ 5.2. С.82
21.	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.			§ 5.3, 5.4 с. 86-90
22.	Правила поведения при захвате в заложники.			§.5.5, 5.6 с. 91-96
23.	Загрязнение воды.			§. 6.1. с. 97
24.	Загрязнение воздуха.			§. 6.2. с.99
25.	Загрязнение почвы.			§.6.3. с. 102
26.	Фильтрующие противогазы.			§.7.1. с. 104
27.	Пользование противогазом.			§.7.2. с. 104
28.	Виды ранений, их причины и первая помощь.			§ 1.1., 1.2, с. 112
29.	Общая характеристика кровотечений.			§.1.3. с. 116
30.	Первая помощь при кровотечении.			§.1.4. с. 118
31.	Движение и здоровье. Нарушения осанки и причины их возникновения.			С.126

№ урока.	Тема урока	Дата проведения		Примечание Домашнее задание
		план	факт	
32.	Телевизор и компьютер — друзья или враги?			С. 128
33.	Развитие и изменение организма в вашем возрасте.			С.130
34.	Физическое и нравственное взросление человека.			С.131-134
Итого				

**7 КЛАСС (базовый уровень; 1 час в неделю, всего 34 часа)**

№	Тема урока	Д/з	Дата проведения	
			План	Факт
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях	найти инфор. о дейст вулканах		
2	Происхождение и классификация землетрясений	&2 с 13 в 1-7 с 18		
3	Оценка землетрясений их последствий	§2.2 с.35 вопросы 8,9		
4	Правила безопасного поведения при землетрясениях	§2.4, 2.5 с.35 в 10-16		
5	Общее понятие о вулканах	§.3.2 с.35 в 1-5 с 46		
6	Последствия извержения вулканов. Защита населения	§ 3.3 с.35 в 6-10 с 46		
7	Оползни К	§ 4.1 Стр. 46-55.		
8	Сели	§ 4.2 Стр. 46-55.		
9	Обвалы	Глава 4, § 4.3		
10	Снежные лавины	Глава 4, § 4.4		

№	Тема урока	Д/з	Дата проведения	
			План	Факт
11	Последствия оползней, обвалов, снежных лавин и меры по уменьшению потерь от них	Глава 4, § 4.5		
12	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей обвалов, снежных лавин.	Глава 4, § 4.6		
13	Происхождение ураганов бурь смерчей	Глава 5, § 5.1		
14	Классификация ураганов бурь смерчей	Глава 5, § 5.1		
15	Последствия ураганов бурь смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	Глава 5, § 5.2, 5.3		
16	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов бурь смерчей	Глава 5, § 5.4		
17	Виды наводнений	Глава 6, § 6.1		
18	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	Глава 6, § 6.2, 6.3		
19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений	Глава 6, § 6.4		
20	Причины и классификация цунами	Глава 7, § 7.1		
21	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них	Глава 7, § 7.2, 7.3		
22	Правила безопасного поведения при цунами	Глава 7, § 7.4		
23	Причины природных пожаров	Глава 8, § 8.1		
24	Последствия природных пожаров и меры по уменьшению ущерба от них	Глава 8, § 8.2		
25	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожаров	Глава 8, § 8.3 § 8.4		

№	Тема урока	Д/з	Дата проведения	
			План	Факт
26	Эпидемии, эпизоотии, эпифитотии	Конспект		
27	Защита от инфекционных заболеваний людей животных и растений.	Конспект		
28	Человек и стихия	Глава 9, § 9.1		
29	Характер и темперамент	Глава 9, § 9.2		
30	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	Глава 9, §9.3, 9.4		
31	Правила наложения повязок	Раздел 2, Глава 1, §1.1, 1.2, 1.3		
32	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	Раздел 2, Глава 2, §2.1, 2.2		
33	Общие правила транспортировки пострадавшего	Глава 2, §2.1, 2.2		
34	Профилактика переутомления и содержание режима дня	Раздел 3. Глава 1, § 1.1, 1.2, 1.3		