**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение**

**«Григорковская ОШ»**

**Красносельского муниципального района Костромской области**

Рассмотрено: Утверждено:

на заседании педсовета Директор школы

протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Приказ №\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рабочая программа**

**по учебному курсу**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**ФГОС**

**Уровень базовый**

**Учитель: Белова Александра Павловна**

# Раздел1. Планируемые результаты освоения программы

**.**

**Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса.**

**Личностные результаты:**

развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от  внешних и внутренних  угроз;   
• формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;  
• воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные результаты:**

• овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;  
• овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей,  оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;  
• формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;  
• приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;  
• развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;  
• освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;  
• формирование умений  взаимодействовать с окружающими, выполнять  различные социальные роли  во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

**Предметные результаты:**

формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребления алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;

формирование экстремистской и антитеррористической личностной позиции;

понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

• умения оказывать первую медицинскую помощь;

• умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

• умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;  
• умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

Особенности организации учебного процесса по ОБЖ

Основными принципами обучения ОБЖ являются: сознательность, активность и самостоятельность; системность, последовательность и комплексность; обучение на высоком уровне трудности; прочность формирования знаний, умений и навыков; групповой и индивидуальные принципы обучения.

Принципы реализуются с помощью различных методов и средств (ТСО, наглядность), приемов позволяющих представлять взаимосвязь изучаемых явлений с реальной действительностью.

Основные методы обучения- с*ловесные методы*: лекция, объяснение, рассказ, чтение, беседа, диалог (диалог педагога с учащимися, диалог учащихся друг с другом), консультация.

*Наглядные методы* основываются на непосредственном восприятии изучаемых предметов посредством использования наглядных материалов: картин, рисунков, плакатов, фотографий; таблиц, схем, диаграмм, чертежей, графиков; демонстрационных материалов: моделей, приборов, предметов (образцов изделий, муляжей и т. д.); видеоматериалов, презентаций.

*Практические методы*  обеспечивают самостоятельную деятельность учащихся:

метод упражнения: упражнения, тренинг, тренировка.

письменные работы: конспект; выписки, составление тезисов (доклада), реферат; письменные ответы на вопрос; составление аннотации (произведения, статьи).

метод наблюдения: запись наблюдений, ведение дневника наблюдений; зарисовка, рисунки; запись звуков, голосов, сигналов; фото-,кино-, видеосъемка; проведение замеров.

практические занятия: оказание первой медицинской помощи.

проектные и проектно-конструкторские методы обучения: разработка проектов, программ; построение гипотез; моделирование ситуации; создание новых способов решения задачи; создание моделей, конструкций; создание творческих работ; проектирование (планирование) деятельности, конкретных дел..

**Раздел 2. Содержание рабочей программы**

**5 класс**

**Раздел I «Безопасность человека » (13 час)**

Город как источник опасности.

Особенности города как среды обитания человека..

Источники опасности в современном городе.

Зоны повышенной опасности (транспорт, места массового скопления людей, улицы, парки, скверы).

Системы обеспечения безопасности города (милиция, пожарная охрана, скорая помощь, служба спасения,  коммунальные и другие службы).

Опасные ситуации в доме (в квартире)

Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения (водо- и электроснабжение, отопление, канализация).

Источники опасности в жилище и их характеристика.

Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

Опасные вещества и средства бытовой химии.

Последствия, возникающие при нарушении правил пользования ими.

Действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека и правила оказания помощи при отравлениях и ожогах.

Взрывы в жилищах и их причины.

Обрушение конструкций, правила безопасного поведения при взрывах и обрушениях конструкций.

Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях.

Последствия пожаров.

Меры пожар ной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых приборов, отопительных печей.

Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, подъезде, балконе, подвале), а также в многоэтажном здании.

Как действовать, если на человеке загорелась одежда или в комнате - электроприбор (телевизор, приемник, магнитофон, компьютер), елка.

Способы эвакуации из горящего здания.

Освоение практических навыков по использованию первичных средств пожаротушения (огнетушителей ОХП-10 и ОУ).

Затопление жилища.

Причины и возможные последствия.

Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.

Опасности, возникающие при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами.

Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту.

Правила безопасного использования электрических и электронных приборов.

Опасные ситуации на улице.

Тонкий лед и опасность передвижения по нему.

Меры предосторожности при движении по льду.

Правила безопасного поведения в толпе.

Психологическая картина толпы.

Поведение толпы при возникновении паники.

Рекомендации по правилам безопасного поведения в толпе.

Чрезвычайные ситуации на транспорте.

Современный транспорт - зона повышенной опасности.

Правила безопасного поведения пешехода на дорогах.

Краткая характеристика современных видов транспорта - общественного (автобус, трамвай, троллейбус, метро), железнодорожного, авиационного, водного.

Правила поведения пассажира во время следования железнодорожным, водным и авиационным транспортом.

Правила безопасного поведения в аварийных ситуациях.

Краткая характеристика пожарной опасности современного транспорта: общественного (автобус, трамвай, троллейбус, метро), железнодорожного, водного, авиационного. Правила безопасного поведения в случае возникновения пожара в транспорте.

Ситуации криминогенного характера.

 Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника.

Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов.

Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Внешние признаки людей, способных совершить насильственные действия.

Самооценка поведения.

Психологические приемы самозащиты.

Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде, лифте. Правила общения с незнакомым человеком по телефону.

Изменение среды обитания человека обитания в городе

Биосфера и человек.

Влияние деятельности человека на окружающую среду.

Загрязнение атмосферы, воды и почвы.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Изучение средств индивидуальной защиты органов дыхания (противогаз ГП-7, детский противогаз ПДФ-Ш). Их применение.

Правила безопасного поведения при террористических актах

Понятие о терроризме.

Правила безопасного поведения при обнаружение взрывоопасного предмета.

Правила безопасного поведения при захвате в заложники.

Правила безопасного поведения при освобождении заложников сотрудниками спецслужб.

**Раздел II «Основы медицинских знаний и правила оказания ПМП» (2час)**

Общая характеристика повреждений и их последствий для здоровья человека.  Основные правила оказания первой медицинской помощи при повреждениях различных видов. Характеристика различных видов кровотечении и их причины.

Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие артерии, сгибание конечности).

**Раздел III «Основы здорового об раза жизни». (2час)**

 Движение - естественная потребность организма как высокоорганизованной биологической системы. Избыток и недостаток движения - причина заболеваний человека.

Правила безопасного использования электронных приборов. Компьютер и здоровье. Половое просвещение учащихся и его роль в формировании здоровья. Изменения в организме, происходящие при половом созревании,  и половые различия опорно-двигательного аппарата, внутренних органов и психики.

Факторы, формирующие репродуктивное здоровье.

**6 класс**

**Раздел I «Чрезвычайных и экстремальные ситуации в природе» (11ч)**

Опасные ситуации, возникающие в природе, их причины.

Психологические основы выживания при автономном существовании.

Психическое состояние человека при выживании в природных условиях.

Преодоление страха и стрессового состояния.

Автономное существование человека в природе.

Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях (аварии транспортного средства в малонаселенной местности; заблудились в лесу, горах, степи; отстали от группы в турпоходе и др.). Выживание в природных условиях.

Надежная одежда и обувь.

Правила безопасного поведения человека при вынужденном автономном существовании в природных условиях.

Правила ориентирования на местности, выход к линейным ориентирам и населенным пунктам.

Правила безопасного поведения на воде.

Опасность водоемов.

Особенности состояния водоемов в разное время года.

Опасность водоемов зимой.

Тонкий лед и опасность передвижения по льду.

Меры предосторожности при движении по льду водоемов.

Способы переправы через реку (переход вброд, преодоление вплавь, преодоление рек с быстрым течением), преодоление трясин и болот.

Оборудование временного жилища, укрытия.

Способы добывания огня, обогрев временного жилища.

Обеспечение водой и питанием.

Поиск и приготовление пищи.

Съедобные растения, ягоды, грибы, орехи.

Сигналы бедствия.

Смена климатогеографических условий.

Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения.

Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности, к условиям Севера.

Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.

Отработка навыков для выполнения однодневного туристического похода (определение сторон горизонта, движение по азимуту, ориентирование на местности, разбивка лагеря, разведение костра, обеспечение водой, приготовление пищи и др.).

Ознакомление со съедобными и лекарственными растениями.

**Раздел II « Основы медицинских знаний и правила оказания**

**первой медицинской помощи» (5ч)**

Характеристика различных видов травм и ушибов, повреждений и вызывающие их причины. Правила и способы оказания первой медицинской помощи пострадавшему. Правила и способы транспортировки пострадавших. Первая медицинская помощь при укусах змей пищевой и других видах аллергии. Оказание помощи терпящим бедствие на воде. Первая медицинская помощь при утоплении. Отработка навыков оказания помощи пострадавшему при утоплении, тепловом и солнечном ударе, отморожении.

Медицинская аптечка. Перевязочные и лекарственные средства. Правила приема лекарственных веществ. Использование

природных лекарственных средств.

**Раздел III «Безопасное поведение на улицах и дорогах» (1час)**

обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах; соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;

**7класс**

**Раздел I. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (10ч)**

Землетрясения и их характеристика.

Происхождение землетрясений, причины их возникновения и последствия.

Меры по снижению потерь от последствий землетрясений.

Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясения.

Вулканы и их характеристика.

Причины извержения вулканов и их последствия.

Правила безопасного поведения при извержении вулканов.

Оползни, сели, обвалы, лавины и их характеристика.

Происхождение оползней, селей, обвалов, лавин, причины их возникновения и последствия.

Меры по снижению потерь от последствий оползней, селей, обвалов и лавин.

Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала.

Правила безопасного поведения во время ипосле схода селя, оползня, обвала, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.

Ураганы, бури, смерчи и их характеристика.

Происхождение ураганов, смерчей, бурь, причины их возникновения.

Меры по снижению потерь от последствий ураганов, бурь, смерчей.

Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча.

Правила безопасного поведения во время и после ураганов, бури, смерча.

Наводнения и их характеристика.

Происхождение наводнений, причины их возникновения и последствия.

Меры по снижению потерь от последствий наводнений.

Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении онаводнениях, во время и после наводнений.

Цунами и их характеристика.

Происхождение цунами, причины их возникновения и последствия.

Меры по снижению потерь от последствий цунами.

Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика.

Происхождение природных пожаров, причины их возникновения и последствия.

Меры по снижению потерь от последствий природных пожаров.

Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров

. Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушение лесного пожара в лесу.

Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера. Особенности психологических процессов до, во время и после стихийных бедствий. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

Обучение способам оповещения населения о чрезвычайных ситуациях в городах, населенных пунктах и на промышленных предприятиях.

Сигнал - «Внимание всем!» Речевая информация, передаваемая по радио, приемнику, телевизору, о чрезвычайных ситуациях мирного времени. Обучение правилам эвакуации населения.

Организация и проведение эвакуации.

**Раздел II. Основы медицинских знаний и правила оказания**

**первой медицинской помощи (5ч)**

Перевязочные средства. Характеристика перевязочного материала. Отработка навыков наложения повязок на верхнюю конечность.

Отработка навыков наложения повязок на нижнюю конечность. Первая медицинская помощь при переломах.

Транспортная иммобилизация. Правила и способы транспортировки пострадавших.

**Раздел III .Основы здорового образа жизни (2ч)**

Режим труда и отдыха необходимое условие жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья. Умственная и физическая работоспособность. Профилактика переутомления и содержание режима дня.

Особенности половой функции мужчин и женщин. Поведение в период полового созревания. Знания о любви и дружбе.

Беременность. Знания о нарушениях в развитии репродуктивной системы.

Глубокое осмысление роли половых отношений в формировании репродуктивной функции девушек и юношей.

**8 класс**

**Раздел I. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (24ч)**

Промышленные аварии и катастрофы.

Их причины и возможные последствия.

Общее понятие чрезвычайной ситуации техноген­ного характера, понятие аварии и катастро­фы.

Классификация чрезвычайных ситуа­ций по масштабу распространения и с уче­том тяжести последствий.

Потенциально опасные объекты.

Пожары и взрывы, их характеристика, пожаровзрывоопасные объекты.

Причины и возможные последствия.

Правила безопасно­го поведения при пожарах и взрывах.

Пожа­ры и паника.

Промышленные аварии с выбросом опасных химических веществ.

Химически опасные объекты производства.

Причины аварий и возможные последствия при авариях на химически опасных объектах. Сильнодейству­ющие ядовитые 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, их причины и возможные последствия.

Ос­новные виды радиационно опасных объек­тов.

Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС.

Характер поражения людей и животных.

Правила безопасного поведения при радиационных авариях.

Режимы радиа­ционной защиты.

Гидродинамические аварии, их причины и последствия.

Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах.

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

Влияние деятельности человека на окружающую среду.

Биосфера и человек.

Экология и экологическая опасность.

Экологическая си­стема, экологический кризис, экологическая катастрофа.

Виды загрязнения биосферы.

Загрязнение атмосферы, вод, почв.

Понятие о предельно допустимых концентрациях за­грязняющих веществ.

Краткая характеристика состояния окружа­ющей среды в регионе и месте проживания. Мероприятия по защите здоровья человека, проводимые в местах нарушения экологи­ческого равновесия.

Правила безопасного поведения в экологически неблагоприят­ных районах.

Обучение способам оповещения населения о чрезвычайных ситуациях в городах, насе­ленных пунктах и на промышленных пред­приятиях

. Сигнал - "Внимание всем!".

Ре­чевая информация, передаваемая по радио­приемнику, телевизору о чрезвычайных си­туациях мирного и военного времени.

Обучение правилам эвакуации населения.

Организация и проведение эвакуации.

Изучение средств индивидуальной защиты органов дыхания.

Ознакомление с защитными сооружениями гражданской обороны, порядком их исполь­зования.

Ознакомление с организацией защиты сель­скохозяйственных объектов в зонах чрезвы­чайных ситуаций.

Мероприятия по защите сельскохозяйственных животных при сти­хийных бедствиях, производственных авари­ях.

Мероприятия по защите фуража, воды, продуктов животноводства от заражения.

От­работка практических действий обучаемых при возникновении аварий и катастроф, наи­более вероятных для регионов проживания.

**Раздел II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (4ч)**

Первая медицинская помощь при отрав­лениях газами и средствами бытовой хи­мии. Пищевая токсикоинфекция. Первая меди­цинская помощь. **Основы здорового образа жизни (4ч)**

Физическая культура и закаливание. Заня­тия физкультурой и спортом. Воспитание не­обходимых физических качеств. Беременность и формирование плода. Факто­ры, способствующие рождению здорового ре­бенка. Понятие о воспитании детей.

**Раздел III. Безопасное поведение на улицах и дорогах (2час)**

обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах; соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;

**9класс**

**Раздел I. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (9ч)**

Создание системы защиты населения от послед­ствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. РСЧС, ее предназначе­ние, структура и задачи.

Международное гуманитарное право по защите населения.

Правовая защита раненых, боль­ных, медицинского персонала.

Пропавшие без вести и погибшие.

Военнопленные. Граждан­ское население.

Понятие преступления и виды преступлений.

Общее понятие преступления. Возраст, с кото­рого наступает уголовная ответственность. Особенности уголовной ответственности и нака­зания несовершеннолетних.

Поведение при попытке изнасилования и на­сильственных действий сексуального характера.

Правила профилактики и самозащиты от напа­дения насильников и хулиганов.

Правила пове­дения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами.

Внешние признаки людей, способных совершать насильственные действия.

Самооценка поведения.

Психологические приемы самозащиты.

Методы защиты от нападения.

Правила защиты от мошенников.

Основные виды мошенничества, с которыми наиболее часто приходится встречаться в повседневной жизни.

Основные черты мошенника.

**Раздел II.**  **Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (3ч)**

Причины травматизма в школьном возрасте. Характеристика травм в школьном возрасте и пути их предотвращения.

Меры по профилактике травм в школе: на заня­тиях в кабинете физики при работе с электро­приборами и электрооборудованием; на заняти­ях в кабинете химии при работе с химическими веществами, на переменах.

Меры по профилактике травм на занятиях фи­зической культурой и спортом. Требования к спортивной одежде, обуви, инвентарю. Меры по профилактике травм в быту. Снижение риска получения травм в домашних условиях. Опасность получения травм во время пожара, ремонта, при обращении с электроприборами и газовыми плитами.

Меры по профилактике травм на улицах и доро­гах. Дорожно-транспортный травматизм. Ос­новные правила безопасного поведения на ули­цах и дорогах.

Характеристика различных видов травм и по­вреждений. Причины, их вызывающие. Прави­ла и способы оказания первой медицинской по­мощи пострадавшему.

Характеристика причин, вызывающих потерю сознания. Признаки, с помощью которых можно определить состояние человека. Экстренная реанимационная помощь.

Отработка навыков оказания помощи постра­давшему при искусственной вентиляции легких и непрямом массаже сердца.

**Раздел III. Основы здорового образа жизни (5ч)**

Здоровье человека. Критерии состояния и груп­пы здоровья. Здоровье физическое и духовное. Понятие о резервах здоровья. Здоровье индиви­дуальное и общественное. Факторы риска внеш­ней и внутренней среды организма человека, их влияние на здоровье человека. Личная и общественная гигиена. Физиологические и психологические особенно­сти организма подростка. Физиологическое развитие подростков. Психологическая уравно­вешенность, ее значение для здоровья человека. Управление чувствами и эмоциями. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его влияние на орга­низм курящего, на здоровье его детей и окружа­ющих людей.Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Алкоголь и репродуктивная функция мальчи­ков и девочек. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье учащихся. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

Половое просвещение учащихся и его роль в формировании здоровья. Знания о взаимоотно­шениях полов

Раздел 3.Тематическое планирование 8 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Количество часов |
| 1 | Раздел 1.Безопасность и защита человека в ЧС техногенного характера.  Глава 1.Производственные аварии и катастрофы  Глава 2.Взрывы и пожар  Глава 3.Аварии с выбросом химически опасных веществ  Глава 4.Аварии с выбросом радиоактивных веществ  Глава 5.Гидродинамические аварии  Глава 6.Нарушение экологического равновесия | 20  2  4  3  4  2  5 |
| 2 | Раздел 2.Основы медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи  Глава 1.Первая медицинская помощь при поражении аварийно химически опасными веществами  Глава 2.Первая медицинская помощь при отравлении препаратами бытовой химии | 9  8  1 |
| 3 | Раздел 3.Основы здорового образа жизни  Глава 1.Физическая культура и закаливание  Глава 2. Основы репродуктивного здоровья подростков | 5  3  2 |
|  | Итого | 34 |