

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного курса «Учись жить в безопасности»  
для основного общего образования  
( 7-9 класс)

## СОДЕРЖАНИЕ

### **Основы комплексной безопасности. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

Пожарная безопасность. Безопасность на дорогах.

Безопасность в быту. Безопасность на водоёмах.

Экология и безопасность.

### **Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях**

Подготовка к активному отдыху на природе. Активный отдых на природе и безопасность.

Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера

Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

### **Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций**

Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Организационные основы по обеспечению защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

### **Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ**

Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства.

Основные причины возникновения терроризма и экстремизма. Противодействие терроризму в мировом сообществе.

Нормативно-правовая база противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации

Положения Конституции Российской Федерации. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.

Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г.

Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации.

Содержание законов Российской Федерации о противодействии терроризму и экстремистской деятельности.

Национальный антитеррористический комитет (НАК)

Деятельность Федеральной службы контроля наркотиков России (ФСКН России) по остановке развития наркосистемы, изменению наркоситуации, ликвидации финансовой базы наркомафии.

Профилактика наркозависимости.

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Роль правоохранительных органов и силовых структур в борьбе с терроризмом и проявлениями экстремизма.

Контртеррористическая операция.

Участие Вооружённых Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

Роль нравственной позиции и выработка личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Влияние уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения

Профилактика террористической и экстремистской деятельности.

Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности

Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за антиобщественное поведение, участие в террористической и экстремистской деятельности.

Наказание за участие в террористической и экстремистской деятельности.

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта

Взрывы в метах массового скопления людей.

Захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств и удерживание в них заложников.

Правила поведения при возможной опасности взрыва.

Правила безопасного поведения, если взрыв произошёл.

Меры безопасности в случае похищения или захвата в заложники.

Обеспечение безопасности при захвате самолёта. Правила поведения при перестрелке.

### **Основы здорового образа жизни**

Здоровый образ жизни и его составляющие

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие здорового образа жизни.

Факторы, разрушающие здоровье

Вредные привычки и их влияние на здоровье (курение, употребление алкоголя, наркомания).

Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека.

Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика

Правовые аспекты взаимоотношения полов. Семья в современном обществе.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Оказание первой помощи. Первая помощь и правила её оказания. Средства оказания первой помощи.

Основные неинфекционные заболевания и их профилактика.

Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи, меры профилактики.

Первая помощь при неотложных состояниях.

Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях. Первая помощь при массовых поражениях

Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой помощи при массовых поражениях.

### **Планируемые результаты обучения**

#### **Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование анти экстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы,
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе

понимания необходимости защита личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- 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;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской 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 безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

#### Тематическое планирование

№	Тема занятия	Количество часов
7 класс		
<b>Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (27 ч)</b>		
<b>Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера (3 ч)</b>		
1	Различные природные явления. Оболочки Земли.	
2	Общая характеристика природных явлений.	
3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.	
<b>ЧС геологического происхождения (3 ч)</b>		
4	Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.	
5	Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	
6	Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов.	
<b>ЧС метеорологического происхождения (2 ч)</b>		
7	Ураганы и бури, причины их возникновения, последствия.	
8	Смерч как опасное природное явление метеорологического происхождения.	
<b>ЧС гидрологического происхождения (4 ч)</b>		
9	Наводнения. Виды наводнений и их причины.	
10	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения	

11	Сели, снежные лавины и их характеристика.	
12	Цунами и их характеристика.	
<b>Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения (3 ч)</b>		
13	Лесные и торфяные пожары и их характеристика	
14	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	
15	Эпизоотии и эпифитотии.	
<b>Защита населения от ЧС геологического происхождения (3 ч)</b>		
16	Защита населения от последствий землетрясений.	
17	Последствия извержения вулканов. Защита населения.	
18	Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	
<b>Защита населения от ЧС метеорологического происхождения (1 ч)</b>		
19	Защита населения от последствий ураганов и бурь.	
<b>Защита населения от ЧС гидрологического происхождения (3 ч)</b>		
20	Защита населения от последствий наводнений.	
21	Защита населения от последствий селевых потоков.	
22	Защита населения от цунами.	
<b>Защита населения от природных пожаров (1 ч)</b>		
23	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	
<b>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (4 ч)</b>		
24	Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	
25	Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения.	
26	Факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	
27	Профилактика террористической и экстремистской деятельности.	
<b>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (3 ч)</b>		
28	Психологическая уравновешенность.	
29	Стресс и его влияние на человека.	
30	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (6 ч)</b>		
31	Общие правила оказания первой помощи	
32	Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	
33	Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	
34	Общие правила транспортировки пострадавшего.	
	Первая помощь при утоплении.	
8 класс		
<b>Основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера</b>		
<b>Пожары и взрывы.</b>		
1	Аварии на пожаро- и взрыво опасных объектах. Общие сведения о взрыве. Общие сведения о пожаре.	1
2	Пожар. Возможные причины пожара.	1
3	Меры пожарной безопасности. Правила поведения на пожаре. Использование средств пожаротушения.	1
<b>Аварии с выбросом опасных химических веществ</b>		
4	Виды аварий на химически опасных объектах.	1
5	Опасные химические и аварийно химически опасные вещества, их поражающее действие на организм человека.	1

6	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Защита населения от аварийно химически опасных веществ. Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Эвакуация населения.	1
7	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и поведение в случае их возникновения. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом АХОВ.	1
<b>Аварии с выбросом радиоактивных веществ</b>		
8	Радиация вокруг нас. Виды аварий на радиационно -опасных объектах. Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС	1
9	Последствия радиационных аварий. Особенности радиоактивного загрязнения (заражения) местности. Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Эвакуация населения.	1
10	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и поведение в случае их возникновения. Обеспечение радиационной безопасности населения	1
<b>Гидродинамические аварии.</b>		
11	Виды аварий на гидродинамически опасных объектах. Причины гидродинамических аварий и их последствия.	1
12	Меры по уменьшению последствий аварий на гидродинамических опасных объектах. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и поведение в случае их возникновения.	1
<b>Нарушение экологического равновесия.</b>		
13	Действия населения по сигналу «Внимание всем!» и сопровождающей речевой информации.	1
14	Загрязнение окружающей среды и здоровье человека.	1
15	Загрязнение атмосферы и почв, природных вод	1
16	Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами.	1
17	Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.	1
18	Воздействие химических веществ на человека. Первая медицинская помощь при поражении АХОВ. Первая медицинская помощь при отравлении бытовыми химикатами.	1
19	Первая медицинская помощь при отравлениях, ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях.	1
20	Аварии техногенного характера	1
21	Здоровый образ жизни. Факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье. Вредные привычки и их профилактика.	1
22	Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами	1
23	Использование индивидуальных средств защиты: домашней медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки, респиратора, противогаза.	1
24	Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов).	1
25	Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в	1

	общественном транспорте.	
<b>Опасные ситуации на водоемах</b>		
26	Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему	1
27	Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы самозащиты. Анतिकоррупционное поведение	1
<b>Опасные ситуации криминогенного характера</b>		
28	Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятий, на стадионах).	1
29	Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта. Поведение при похищении или захвате в качестве заложника	1
30	<b>Безопасное поведение человека в природных условиях</b>	
31	Безопасное поведение человека в природных условиях: ориентирование на местности	1
32	Безопасное поведение человека в природных условиях: подача сигналов бедствия,	1
33	Безопасное поведение человека в природных условиях: добывание огня, воды и пищи.	1
34	Безопасное поведение человека в природных условиях: сооружение временного укрытия.	1
9 класс		
<b>Мое здоровье (7 часов)</b>		
1	Основные правила питания растущего организма	
2	Иммунитет	
3	Компьютер: за и против	
4	Профилактика употребления психоактивных и наркосодержащих веществ	
5	Влияния наркосодержащих веществ на здоровье и социальный статус человека.	
6	Негативные последствия алкоголизма и табакокурения	
7	Личная гигиена	
<b>Взаимодействие с окружающими (10 часов)</b>		
1	Нравственные нормы как правила поведения	
2	Мир эмоций и чувств	
3	Секреты хорошего настроения – приемы саморегуляции.	
4	Приемы бесконфликтного общения	
5	Меры личной безопасности на улице	
6	Как не стать жертвой вербовки	
7	Интернет-безопасность.	
8	Учимся говорить «нет»!	
9	Социальные сети	
10	Терроризм – угроза обществу	



### **Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания:**

устанавливать доверительных отношений между обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;

побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися;

включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.