

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Республики Мордовия

Администрация Атюрьевского муниципального района

МБОУ "Новочадовская ООШ"

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР МБОУ

«Новочадовская ООШ»

Васькина О.М.

Протокол №1 от «31»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ
«Новочадовская ООШ»

Шнякин А.В.

Приказ №130а от «31»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**по основам безопасности жизнедеятельности
для учащихся 8 класса.
2023-2024 учебный год**

Выполнила: В.В.Грачева
учитель ОБЖ

с.Новочадово

2023

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе:

- Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Просвещение, 2021.

- Основы безопасности жизнедеятельности: 8-9 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. – М.: Просвещение, 2021.

Планируемые результаты обучения

Личностные результаты

- Освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными, опасными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- формирование способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)

Познавательные

Обучающиеся научатся:

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации и обобщения получаемой информации;
- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из различных источников и в разных видах (текст, иллюстрация, графическое представление);
- сравнивать чрезвычайные ситуации и классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в опасных и чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, природными и техногенными происшествиями.

Регулятивные

Обучающиеся научатся:

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила безопасного поведения в различных ситуациях; □ контролировать своё поведение, проявлять желание и способности предвидеть последствия своих действий и поступков;

оценивать различные опасные и чрезвычайные ситуации, определять ошибки и недостатки в действиях людей, попавших в такие ситуации, искать способы устранения негативных последствий. Коммуникативные Обучающиеся научатся:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать термины и понятия (в рамках изученных), пользоваться энциклопедиями и словарями для уточнения их значения и смысла;

- характеризовать термины и причины происходящих негативных явлений и событий, делать выводы о возможных способах их предупреждения

Коммуникативные Обучающиеся научатся:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать термины и понятия (в рамках изученных), пользоваться энциклопедиями и словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать термины и причины происходящих негативных явлений и событий, делать выводы о возможных способах их предупреждения.

Предметные результаты

Обучающиеся научатся:

- объяснять смысл основных терминов и понятий (в рамках изученного материала);
 - характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и ликвидацией их последствий (в рамках изученного материала);
 - раскрывать особенности семьи как важного социального института; характеризовать факторы, влияющие на взаимоотношения в семье;
 - выявлять положительные и отрицательные факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
 - раскрывать правила и особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
 - классифицировать и характеризовать основные виды чрезвычайных ситуаций, отличать особенности каждого вида;
 - анализировать и оценивать различные ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни отдельного человека и населения в масштабах региона;
 - различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, техногенные, социальные); приводить информацию о таких ситуациях;
 - предвидеть возможные последствия своих действий и поведения в различных ситуациях;
 - проявлять стремление противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, сверстников и взрослых;
 - организовывать режим и распорядок своей жизнедеятельности, включая в неё двигательную активность, закаливание и другие мероприятия;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, при использовании бытовыми электрическими и газовыми приборами;
- правильно ориентироваться в дорожной обстановке, строго соблюдать Правила дорожного движения;
 - оказывать первую помощь при различных травмах.

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать
Немного истории. Забота о здоровье человека в древности и в наши дни.
Окружающая среда и безопасность. Что такое опасность, виды опасностей.
Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Связь предмета с другими науками, его цели и задачи.

Здоровый образ жизни. Что это?

Зависит ли здоровье от образа жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье, условия его укрепления и сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность.

Физическое здоровье человека. Факторы, определяющие физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. Закаливание, как один из способов тренировки организма. Правила гигиены.

Правильное питание. Что такое правильное питание. Зависит ли здоровье от питания. Жиры, белки и углеводы. Экология питания. Продукты питания как экологический фактор. О чём может рассказать этикетка продукта. Как защититься от гриппа. Диета.

Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья.

Планирование своей жизнедеятельности. Воздействие шума на организм человека.

Правила общения с компьютером. Информационная безопасность.

Социальное здоровье человека. Понятие о социальном здоровье. Источники опасности для социального здоровья. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное и добросовестное исполнение как критерий социального здоровья.

Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. Что такое репродуктивное здоровье. Правила ухода за своим телом. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.

Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре. Первая помощь при ожогах. Средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.

Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимикатами и уксусной кислотой. Правила поведения при затоплении квартиры. Правила пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.

Разумная предосторожность. Выбор безопасного места для отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Безопасное поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. подручные средства, которые можно использовать для самообороны.

Опасные игры. Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений. Первая помощь при переломах.

Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе.

Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. Съедобные и не съедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая

помощь при отравлении грибами. Встреча в лесу с дикими животными. Если в лесу застала гроза.

Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах. Как помочь тонущему человеку. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Первая помощь при обморожении.

Современный транспорт и безопасность

Транспорт в современном мире. Роль транспорта в мире. Виды транспорта.

Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт.

Чрезвычайные ситуации на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение Правил дорожного движения как главная причина дорожных происшествий. Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов.

Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Первая помощь при кровотечении.

Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. *Авиакатастрофы.* Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения.

Железнодорожные катастрофы. Правила поведения при железнодорожной катастрофе. Опасные игры на железнодорожном транспорте и отношение к ним.

Террористические акты на транспорте. Понятие о террористическом акте. Уголовная ответственность за террористическую деятельность.

Безопасный туризм

Обеспечение безопасности в туристских походах. Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение туристской группы. Виды опасностей в походе. Движение по маршруту, график движения. Правила безопасного преодоления естественных препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, отставшего от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды.

Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Снаряжение для водного туризма. Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

Когда человек сам себе враг

Курение убивает! Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Состояние здоровья подростка-курильщика.

Алкоголь разрушает личность. Воздействие алкоголя на организм человека.

Отравление алкоголем. Первая помощь при алкогольном отравлении.

Скажем наркотикам «Нет!». Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм человека. Распад личности человека под влиянием наркотиков.

Токсикомания — страшная зависимость. Понятие о токсикомании. Влияние токсичных веществ на организм человека. Признаки токсикомании.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Чрезвычайные ситуации и их классификация. Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций, их характеристика и особенности. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях, общие правила эвакуации.

Природные чрезвычайные ситуации. Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера. Землетрясения, наводнения, природные пожары, извержения вулканов, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных чрезвычайных ситуаций. Безопасное поведение во время природных чрезвычайных ситуаций.

Техногенные чрезвычайные ситуации. Причины и виды таких ситуаций. Безопасное поведение в техногенных чрезвычайных ситуациях.

Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации

Экстремизм и терроризм. Что такое экстремизм? Крайние проявления экстремизма. Проявления терроризма. Как снизить угрозу теракта. Как вести себя в плену у террористов. Взрывы в жилых домах.

Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.

Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Личная безопасность при похищении (попытке похищения) или захвате в заложники, при обнаружении подозрительного предмета. Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме.

Национальная безопасность России. Понятие о национальной безопасности. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.

Практические работы (примерные темы работ)

- Подготовка программы закаливания для человека, часто болеющего простудными заболеваниями.
- Анализ пищевой пирамиды.
- Составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов.
- Анализ информации на этикетке какого-либо продукта.
- Определение своего роста и веса, анализ соотношения роста и веса.
- Источники шума в современной городской квартире.
- Правила пользования газовыми и электрическими приборами.
- Устройство пожарного шкафа и применение пожарного крана.
- Устройство и порядок применения воздушно-пенного и углекислотного огнетушителей.
- Психологическая подготовка к встрече с преступником.
- Использование подручных предметов в качестве средств самообороны.
- Как вести себя, если злоумышленник пытается проникнуть в квартиру.
- Первая помощь при переломах.
- Практическая отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации.
- Аварийная посадка самолёта.
- Распределение снаряжения между участниками туристского похода.
- График движения по туристскому маршруту.
- Организация поиска потерявшегося туриста и его действия в такой ситуации.
- Вязание узлов и их применение.
- Навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».
- Виды и особенности чрезвычайных ситуаций.
- Оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах.
- Навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности».
- Навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии терроризму».

Проектная деятельность (примерные темы работ)

- Программа закаливания для подростка с учётом его индивидуальных особенностей и условий проживания.
- Одиночество — путь к социальному нездоровью.
- Общение — важная человеческая потребность.
- Как обеспечить высокий уровень социального здоровья общества?
- Опасные игры.
- Отдых на природе: опасности, которые могут подстергать.
- История великих кораблекрушений.
- Правила безопасного поведения при чрезвычайной ситуации на корабле.
- Как укрыться от непогоды.
- Отношение к пьянству в России в разные времена.
- Мифы о пьянстве на Руси.
- Отражение темы пьянства в карикатуре.
- Наркотикам — нет!
- Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций?
- Техногенная катастрофа.
- История ВЧК — ФСБ.
- Военная служба — особый вид федеральной государственной службы.

Тематическое планирование

| №п/п | Раздел/ Тема | Кол-во часов |
|-----------|--|--------------|
| | Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать(2ч) | 2 |
| 1 | Немного истории. Забота о здоровье человека в древности и в наши дни. | 1 |
| 2 | Окружающая среда и безопасность. Что такое опасность, виды опасностей. Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». | 1 |
| | Здоровый образ жизни. Что это? (12ч) | 12 |
| 3 | Зависит ли здоровье от образа жизни. Что такое здоровье? | 1 |
| 4 | Условия сохранения и укрепления физического здоровья. | 1 |
| 5 | Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность. | 1 |
| 6 | Физическое здоровье человека. Факторы, определяющие физическое здоровье человека. | 1 |
| 7 | Физическая культура и здоровье. Практическая деятельность: подготовка программы закаливания для человека, часто болеющего простудными заболеваниями; | 1 |
| 8 | Закаливание — способ тренировки организма. Правила гигиены | 1 |
| 9 | Правильное питание. Что такое правильное питание. | 1 |
| 10 | Экология питания. Продукты питания как экологический фактор. | 1 |
| 11 | Зависит ли здоровье от питания. Жиры, белки и углеводы. Практическая деятельность: составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов; | 1 |
| 12 | О чём расскажет этикетка продукта. Как защититься от гриппа. Диета. Проектная деятельность: «Программа закаливания для подростка с учётом его индивидуальных особенностей и условий проживания»; | 1 |
| | Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни (8ч) | 8 |
| 13 | Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожара. | 1 |
| 14 | Правила пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре. | 1 |
| 15 | Первая помощь при ожогах. Средства пожаротушения. | 1 |
| 16 | Меры безопасности при пользовании пиротехникой. Проектная деятельность: «Опасные игры». | 1 |
| 17 | Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. | 1 |
| 18 | Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимкатами и уксусной кислотой. Практическая деятельность: правила пользования газовыми и электрическими приборами; | 1 |
| 19 | Правила поведения при затоплении квартиры. Правила безопасного пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах. | 1 |
| 20 | Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Практическая деятельность: использование подручных предметов как средств защиты от нападения; | 1 |
| | Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе (3ч) | 3 |

| | | |
|--|---|-----------|
| 21 | Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. | 1 |
| 22 | Съедобные и несъедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая помощь при отравлении грибами. Проектная деятельность: «Отдых на природе: опасности, которые могут подстергать». | 1 |
| 23 | Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах. Первая помощь при обморожении. Практическая деятельность: отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации. | 1 |
| Современный транспорт и безопасность (12 ч) | | 12 |
| 24 | Транспорт в современном мире. Роль транспорта в мире. Виды транспорта. Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт. | 1 |
| 25 | Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия. | 1 |
| 26 | Нарушение Правил дорожного движения как главная причина дорожных происшествий. | 1 |
| 27 | Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов. | 1 |
| 28 | Первая помощь при кровотечении. Опасные ситуации в метро. | 1 |
| 29 | Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. | 1 |
| 30 | Авиакатастрофы, правила поведения на борту авиалайнера. Практическая деятельность: аварийная посадка самолёта. | 1 |
| 31 | Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения. | 1 |
| 32 | Железнодорожные катастрофы. Правила поведения при железнодорожной катастрофе. | 1 |
| 33 | Опасные игры на железнодорожном транспорте. | 1 |
| 34 | Террористические акты на транспорте. Понятие о террористическом акте. | 1 |
| 35 | Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Проектная деятельность: «История великих кораблекрушений», «Правила безопасного поведения при чрезвычайной ситуации на корабле». | 1 |
| Итого | | 35 |

Лист внесения изменения

| Дата | Содержание | Обоснование |
|--------------|---|-------------|
| 22.12.2021г. | 1.Первая помощь при ожогах. Средства пожаротушения. 2.Меры безопасности при пользовании пиротехникой. Проектная деятельность: «Опасные игры». | |
| | | |
| | | |