

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Кременовская средняя общеобразовательная школа»
Кореневского района Курской области

УТВЕРЖДЕНА

приказом от 01.09.2023г. № 1/121

Директор

Т.В.Мусяиченко



РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА

решением педагогического совета

от 29.08.2023г. протокол №1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам безопасности жизнедеятельности

УРОВЕНЬ ОБУЧЕНИЯ: основное общее образование

Класс: 8

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ: 34 (1 час в неделю)

УРОВЕНЬ: БАЗОВЫЙ

УЧИТЕЛЬ: Рудякова Юлия Владимировна, без категории

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАЗРАБОТАНА НА ОСНОВЕ:

Программа разработана на основе методического пособия для учителя к завершенной предметной линии учебников под редакцией С.Н.Егорова «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-9 класс» / Б.О. Хренников, Н.В.Гололобов, Л.И.Льяная, М.В.Маслов; Москва: Просвещение, 2021г.

на 2023 – 2024 учебный год

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета

Ученик 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 использованием 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;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- 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;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;

- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;

Учащийся получит возможность научиться:

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных факторов на состояние своего здоровья;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности человека в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Содержание учебного предмета

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов	Примечание	Планируемые предметные результаты
1	2	3	4	5
1	Ведение	1		
2	Здоровье и здоровый образ жизни	4		Характеризуют здоровье как важнейшее условие развития личности. Объясняют, что входит в понятие физического и духовноздоровья. Формулируют понятие здорового образа жизни. Усваивают правила, которые необходимо соблюдать для формирования индивидуальной модели здорового образа жизни. Определяют особенности инфекционных заболеваний. Характеризуют меры профилактики инфекционных заболеваний. Объясняют, какой вред наносят здоровью табакокурение, алкоголь, наркомания.
3	Защита от опасных и чрезвычайных ситуаций природного и биолого-социального характера	6		Характеризуют особенности природных и биолого-социальных чрезвычайных ситуаций. Раскрывают особенности безопасного поведения в различное время года. Объясняют правила оказания помощи терпящим бедствие на воде во время отдыха и водных туристских походов. Объясняют различные способы ориентирования. Формируют представление о различных видах туристских походов.

			Усваивают правила обеспечения безопасности при автономном существовании человека в природной среде: обеспечение ночевки, добывание огня, пищи и др. Объясняют правила подачи сигналов бедствия.
4	Безопасность в быту	4	Формируют представление об опасностях, которые могут происходить в быту, и о правилах безопасного поведения при пользовании бытовыми приборами, бытовым газом, средствами бытовой химии. Характеризуют правила безопасного поведения при утере ключей, употреблении лекарств. Характеризуют правила противопожарной безопасности и правила поведения при пожаре. Формируют представление о государственных службах, которые занимаются пожарной профилактикой.
5	Безопасность на дороге и на транспорте	5	Характеризуют участников дорожного движения. Объясняют основные понятия Правил дорожного движения. Определяют правила безопасного поведения участников дорожного движения — пешеходов, водителей. Характеризуют правила безопасного поведения на общественном транспорте, а также на водном, железнодорожном, авиационном транспорте.
6	Безопасность в учебном и производственном процессе	2	Объясняют значение безопасного поведения в образовательной организации на уроках и во время перемены. Характеризуют

				особенности безопасности во время практических занятий.
7	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий	8		Характеризуют особенности и разновидности чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Объясняют особенности аварийных ситуаций на химических объектах, взрывоопасных и радиационно опасных объектах. Демонстрируют знание средств защиты населения во время техногенных чрезвычайных ситуаций. Характеризуют особенности инженерных сооружений для защиты населения.
8	Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи.	4		Характеризуют значение первой помощи при неотложных состояниях. Характеризуют средства, используемые при оказании первой помощи. Называют нормативные документы, регламентирующие правила оказания первой помощи. Объясняют особенности оказания первой помощи при утоплении, остановке сердца, при отравлениях.
	Всего	34		

Содержание учебной темы

Вводное занятие. (1 час)

Здоровье и здоровый образ жизни (4 часа)

Что такое здоровье и здоровый образ жизни.

Определения понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья.

Режим дня. Отдых. Сон как важнейший признак здоровья. Правильная и неправильная осанка при ходьбе и при работе за письменным столом. Близорукость и дальновзоркость. Развитие

Физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни.

Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы — необходимые элементы, требующиеся для развития организма.

Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Негативное отношение к приёму наркотических и токсикоманических веществ.

Основные правила здорового образа жизни. Факторы, способствующие сбережению здоровья.

Правильное и неправильное питание. Закаливание организма.

Факторы, разрушающие здоровье.

Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес.

Профилактика вредных привычек.

Вред от употребления алкогольных напитков, табака, наркотиков. Игромания.

Компьютерная игровая зависимость. Как избежать этой зависимости.

Здоровье и здоровый образ жизни. Зависимость благополучия человека от его здоровья.

Как сформировать индивидуальную модель здорового образа жизни.

Как избежать инфекционных заболеваний. Влияние вредных привычек на здоровье человека.

Табакокурение. Электронные сигареты. Не употребляйте алкогольные напитки.

Наркозависимость.

Защита от опасных и чрезвычайных ситуаций природного и биолого-социального характера (6 часов)

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение. Правила при подготовке к землетрясению. Что нужно делать вовремя землетрясения.

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержения вулканов. Оползни, обвалы. Что нужно делать при поступившем сигнале о начале стихийного бедствия геологического происхождения.

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения. Ураганы и бури. Смерчи.

Правила поведения при чрезвычайных ситуациях метеорологического происхождения.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения.

Защита от землетрясений и ликвидация их последствий. Защита от вулканических опасностей, оползней и обвалов.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения.

Защита от ураганов, бурь, смерчей. Защита от наводнений. Мероприятия по защите от селей.

Мероприятия по защите от цунами. Защита от снежных лавин.

Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.

Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололёд и гололедица.

Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения. Эпидемии.

Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. Правила профилактики коронавируса.

Эпизоотии. Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных.

Эпифитотии. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения.

Защита от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.

Безопасное поведение на водоёмах в различных погодных условиях. Правила поведения на замёрзшем водоёме. Безопасность при купании в водоёмах летом.

Безопасное поведение в туристских походах. Основные меры безопасности в туристских походах. Если турист отстал от группы.

Виды туристских походов. Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы.

Как ориентироваться на местности. Ориентирование по солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте.

Подготовка к проведению туристского похода. Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки).

Туристское снаряжение в зависимости от вида похода.

Приметы, по которым можно определить погоду. Как развести костёр при разной погоде. Выбор места для костра и его розжиг. Виды костров.

Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде.

Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании.

Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде.

Характерные особенности добровольного и вынужденного существования в природе.

Организация ночлега при автономном существовании. Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов.

Как добыть питьё и пищу в условиях автономии.

Растения, грибы, орехи, которые можно употреблять в пищу. Очистка и обеззараживание воды.

Как подать сигналы бедствия. Различные средства аварийной сигнализации.

Безопасность при встрече с дикими животными. Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем и др.).

Безопасность при встрече со змеей. Защита от комаров, мошки и других насекомых.

Профилактика клещевого энцефалита. Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей тела.

Безопасность в быту(4 часов)

Обеспечение личной безопасности в быту. Источники опасности в современном жилище.

Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.

Электробезопасность в повседневной жизни. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.

Как вести себя при пожаре. Пожарная безопасность в помещениях. Правила поведения, если пожар в квартире. Рекомендации, как избежать пожара. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью.

Пожары в зданиях. Основные причины пожаров в зданиях. Основные поражающие факторы пожара. Правила использования электроприборов. Как вести себя при пожаре в общественном месте. Пожарная профилактика. Основные задачи пожарной охраны.

Государственная противопожарная служба (ГПС), её функции. Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности.

Безопасность на дороге и на транспорте (5 часов)

Правила поведения для пешеходов. Дорожная разметка. Регулирование дорожного движения. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и позагородным дорогам.

Правила поведения для пассажиров. Общественный транспорт. Школьный автобус. Правила, которые необходимо выполнять пассажирам трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена. *Если вы водитель велосипеда.* Движение велосипедистов согласно Правилам дорожного движения Российской Федерации. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Требования к техническому состоянию велосипеда.

Безопасность участников дорожного движения. Дорожно-транспортные происшествия (ДТП) и аварийные ситуации.

Правила безопасного поведения пассажира при передвижении на автомашине.

Обязанности водителя, попавшего в ДТП. Кнопка SOS в автомобиле. Аварийные ситуации в городском общественном транспорте.

Безопасность на авиационном, морском и речном транспорте. Что делать в случае возникновения аварийной ситуации в самолёте. Безопасность пассажиров морских и речных судов. Как вести себя при кораблекрушении.

Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом. Безопасность в метрополитене.

Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы». Поездка в поезде дальнего следования.

Аварийная ситуация в поезде дальнего следования.

Безопасность в учебном и производственном процессе(2 часа)

Безопасность на уроках и переменах.

Безопасность на практических занятиях.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий (8 часа)

Ядерные объекты и их опасности. Радиационно опасный объект. Радиационная авария.

Правила безопасного поведения в условиях радиационной обстановки.

Химические производства и связанные с ними опасности. Понятие «химическое заражение местности». Хлор и аммиак — аварийно химически опасные вещества (АХОВ).

Правила действия после оповещения об аварии и угрозе химического заражения.

Индивидуальные средства защиты.

Гидротехнические сооружения и их опасности. Понятие «гидродинамическая авария».

Правила безопасного поведения в условиях гидродинамической аварии.

Разновидности чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Аварии и катастрофы в современной промышленности и энергетике.

Аварии на радиационно опасных объектах и защита населения от их последствий.

Понятие «радиационная защита». Источники облучения. Правила поведения при аварии на радиационно опасном объекте. Меры радиационной защиты населения.

Аварии на химически опасных объектах и защита населения от их последствий.

Источники химической опасности для населения. Правила поведения в зоне химической аварии. Правила поведения при движении по заражённой территории. Средства индивидуальной защиты населения от АХОВ.

Аварии на взрывопожароопасных объектах и защита населения от их последствий.

Пожары и взрывы с тяжёлыми социальными и экономическими потерями. Четыре класса опасностей производственных объектов. Средства защиты населения. Как вести себя при взрыве.

Аварии на гидротехнических сооружениях и защита населения от их последствий.

Виды гидротехнических сооружений. Основные причины аварий на плотинах. Меры по защите населения.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Сигнал «Внимание всем!». Общероссийская комплексная система информирования и оповещения населения в местах массового пребывания людей (ОКСИОН). Действия по сигналам гражданской обороны.

Виды и способы эвакуации населения. Организация эвакуации населения по производственно-территориальному принципу. Виды эвакуации в зависимости от сроков проведения. Локальная, местная, региональная эвакуация. Особенности организации и осуществления эвакуационных мероприятий при авариях и катастрофах. Действия после получения информации об эвакуации.

Инженерные сооружения для защиты населения. Инженерная защита населения и её функции.

Защитные сооружения гражданской обороны. Противорадиационные укрытия (ПРУ). Простейшие укрытия.

Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи(4 часов)

Значение первой помощи при неотложных состояниях. Средства, рекомендуемые для оказания первой помощи.

Оказание первой помощи при травмах. Первая помощь при ушибах и переломах. Первая помощь при травматических повреждениях.

Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Имобилизация при травме конечностей. Переломы, вывихи, растяжения.

Оказание первой помощи при утоплении, остановке сердца и коме. Психологическая поддержка пострадавшего.

Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата проведения		Содержание учебного материала (раздел программы, тема урока)	Количество часов	Примечание
	По плану	Фактически			
1	2	3	4	5	6
1	01.09		Вводное занятие. ОБЖ как способ систематизации знаний об опасностях окружающей среды	1	
			Здоровье и здоровый образ жизни	4	
2	08.09		Зависимость благополучия человека от его здоровья	1	
3	16.09		Формирование индивидуальной модели здорового образа жизни	1	
4	22.09		Как избежать инфекционных заболеваний	1	
5	29.09		Влияние вредных привычек на здоровье человека	1	
			Защита от опасных и чрезвычайных ситуаций природного и биолого-социального характера	6	
6	06.10		ЧС природного и биолого-социального характера и их последствия	1	
7	13.10		Основные правила безопасного поведения на водоемах в различное время года	1	
8	20.10		Безопасный отдых на водоемах и оказание первой помощи терпящим бедствие на воде	1	
9	27.10		Правила безопасности в туристских походах	1	
10	10.11		Безопасность при автономном существовании человека в природной среде	1	
11	17.11		Опасные ситуации в природных условиях	1	
			Безопасность в быту	4	
12	24.11		Обеспечение личной безопасности в быту	1	
13	01.12		Пожары в зданиях	1	
14	08.12		Предупреждение пожаров и меры по защите населения	1	
15	15.12		Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности	1	
			Безопасность на дороге и на транспорте	5	
16	22.12		Безопасность участников дорожного движения	1	
17	29.01		Регулирование дорожного движения	1	
18	12.01		Обязанности пешеходов, пассажиров, водителей велосипедов	1	
19	19.01		Дорожно-транспортные происшествия и аварийные ситуации	1	
20	26.01		Безопасность на транспорте	1	
			Безопасность в учебном и производственном процессе	2	
21	02.02		Безопасное поведение в школе	1	
22	09.02		Безопасность на практических занятиях	1	
			Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий	8	
23	16.02		Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	

24	01.03		Аварии на радиационно опасных объектах. Защита населения от их последствий.	1	
25	15.03		Аварии на химически опасных объектах. Защита населения от их последствий	1	
26	05.04		Аварии на взрывоопасных объектах и защита населения от их последствий	1	
27	12.04		Аварии на гидротехнических сооружениях и защита населения от их последствий	1	
28	19.04		Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера	1	
29	26.04		Виды и способы эвакуации населения	1	
30	03.05		Инженерные сооружения для защиты населения	1	
			Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи		4
31	17.05		Значение первой помощи при неотложных состояниях. Промежуточная аттестация.	1	
32	24.05		Оказание первой помощи при травмах	1	
33	24.05		Оказание первой помощи при утоплении, остановке сердца, коме	1	
34	31.05		Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами	1	
			Всего:		34