

Муниципальное общеобразовательное казенное учреждение  
Лугоболотная средняя общеобразовательная школа  
п.Юбилейный Орчевского района Кировской области

**Рабочая программа по основам безопасности  
жизнедеятельности**  
(предметная область «Физическая культура и основы безопасности  
жизнедеятельности»)  
**для 8-9 класса**  
на 2022 – 2023 учебный год

Составитель: Овчинников Василий Яковлевич,  
учитель географии  
Лугоболотной средней школы

п.Юбилейный  
2022 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по ОБЖ для 8-9 классов основной школы составлена в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании РФ»,
- Требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО);
- Образовательной программой основного общего образования Лугоболотной средней школы;
- Уставом Лугоболотной средней школы.

В ней соблюдается преемственность с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования; учитываются возрастные и психологические особенности школьников, обучающихся на ступени основного общего образования, учитываются межпредметные связи.

При разработке программы использовались материалы авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений. Предлагаемая программа рассчитана на изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в течение 34 часов учебного времени в каждом классе. Минимальное количество учебных часов в неделю – 1.

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

#### *Личностные образовательные результаты*

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) 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 учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- 9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

### **Метапредметные образовательные результаты**

- 1) 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;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) 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;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ– компетенции);
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

### **Предметные результаты**

#### **Выпускник 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;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- 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 правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- 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;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- 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;
- 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 явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;

- 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;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- 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;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;

- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- 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 ОБЖ

### 8 класс (34 часа)

#### **Введение. Почему это нужно знать?**

Почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Задачи предмета ОБЖ. Что такое чрезвычайная ситуация, классификация чрезвычайных ситуаций. При каких условиях можно избежать или хотя бы уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций?

#### **Здоровый образ жизни. Что это такое?**

Что такое репродуктивное здоровье. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.

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

Факторы, определяющие физическое здоровье человека: наследственность, экология, условия проживания, медицинское обслуживание, желание и воля человека. Физическая культура и здоровье.

Психическое здоровье и условия его сохранения: осознание человеком своего «Я», объективная оценка своих возможностей, способностей, успешности деятельности. Адекватность реакций на различные жизненные ситуации, способность к самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремление планировать свою жизнедеятельность при смене жизненных ситуаций, в том числе при чрезвычайных.

Социальные факторы, отрицательно воздействующие на психическое здоровье человека: социальные конфликты, нестабильность в обществе, нарушение взаимоотношений людей и др.

Эмоциональное здоровье подростка и условия его сохранения: благополучная адаптация к коллективу сверстников, демократический стиль отношений со взрослыми и сверстниками, интересная познавательная среда, объективная самооценка, правильная организация жизни и деятельности и др.

Негативные факторы воздействия на эмоциональное здоровье и благополучие подростка: проблемы в семейных отношениях, неумение общаться (дружить), неблагоприятный школьный климат, необъективная оценка своего «Я» и др.

#### **Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни**

Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила поведения при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.

Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Правила поведения при заливе квартиры. Правила пользования электроприборами.

#### **Разумная предосторожность**

Предвидение опасностей при выборе места отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. 7

## **Опасные игры**

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

## **Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе**

Ядовитые растения нашей местности, их влияния на здоровье человека. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Гроза в лесу.

Водоём зимой и летом. Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Действия в неожиданных ситуациях. Выполнение правил поведения при купании. Умения отдыхать на воде. Правила катания на лодке. Помощь утопающему. Приёмы проведения искусственного дыхания. Правила поведения на льду.

Расширение кругозора. Ядовитые растения, мифы о грибах, опасные земноводные

## **Современный транспорт и безопасность**

Транспорт в современном мире. Виды транспортных средств. Негативное воздействие транспорта на природу.

Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий, поведение их участников, помощь пострадавшим.

Метро — транспорт повышенной опасности. Возможные опасные ситуации, связанные с метро. Правила поведения в метро.

Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Нестандартные ситуации во время полёта.

Меры предосторожности при ухудшении самочувствия во время полёта.

Особенность железнодорожного транспорта. Правила поведения при крушении поезда, при возникновении в вагоне пожара.

Расширение кругозора. Экологически безопасный транспорт, ремни безопасности, наказания за нарушения правил безопасного полёта

## **Итоговое контрольное тестирование**

## **Итоговое повторение и обобщение**

## **9 класс (34 часа)**

### **Безопасный туризм**

Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, мото- и другие опасности, подстерегающие туриста. Обязанности туриста в туристской группе. Зависимость безопасности в туристском походе от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы. Объективные трудности турпохода. Субъективные трудности турпохода.

Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристском походе. Преодоление естественных препятствий. Рациональное распределение группового снаряжения между участниками похода. Требования к составлению графика движения туристской группы. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности при переправах через реки. Способы переправы через водотоки (реки): «вброд», «на плавсредствах», «над водой», «вплавь», «по льду». Алгоритм проведения разведки перед преодолением естественного препятствия. Распределение ролей между участниками похода при организации переправ.

Если турист отстал от группы... Алгоритм (правила) обеспечения собственной безопасности туриста, который оказался в лесу один (отстал от группы). Состав индивидуального аварийного набора туриста. Действия туристской группы в ЧС по организации поиска туриста, отставшего от группы. Основные правила безопасности при выборе места для организации бивуака туристской группы. Требования безопасности к бивуаку туристской группы при организации вынужденной остановки на ночлег. Типы костров, используемых в туризме, и их назначение. Правила разведения костров.

Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе. Правила безопасности в путешествиях с использованием плавсредств.

Узлы в туристском походе. Функции, свойства и особенности узлов, используемых туристами в путешествиях. Требования к узлам, продиктованные практикой их применения в походных условиях. Положительные качества и недостатки разных видов узлов, используемых в походах.

Расширение кругозора. Требования к подбору рюкзака для туристского похода 8

## **Когда человек сам себе враг**

Почему курят подростки? Чем опасен сигаретный дым? Влияние курения на растущий организм. Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков. Воздействие алкоголя на организм человека. Психологическая готовность к неприятию алкоголя. Первая помощь при отравлении алкоголем.

Что такое наркотики и наркомания? Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания

## **Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

Определение чрезвычайной ситуации. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения. Общие правила эвакуации.

Что такое землетрясение. Степень воздействия сейсмических волн. Прогнозирование землетрясений. Признаки землетрясения. Правила поведения во время землетрясения. Извержение вулкана — грозное стихийное явление. Признаки начала извержения. Поведение во время извержения вулкана.

Что такое сели и оползни. Причины их образования. Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней.

Что такое ураганы, бури, смерчи, цунами, чем они опасны. Поведение при угрозе их приближения.

Причины возникновения наводнений. Меры по предупреждению последствий наводнений. Эвакуация перед наводнением и во время его. Действия перед наводнением и при наводнении.

Природные пожары, их причины. Виды лесных пожаров. Действия при лесном пожаре.

Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ. Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида

## **Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации.**

Что такое экстремизм и терроризм. Правила поведения во время взрыва и после него. Взятие в заложники и правила поведения в этом случае.

Государственная политика противодействия экстремизму и терроризму в России. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Особенности проведения спецопераций

Что такое национальная безопасность Российской Федерации. Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации.

## **Медицинские знания и умения**

Условия репродуктивного здоровья: гигиена, знание своего организма, риски старшего подросткового возраста. Правильное питание. Продукты, содержащие кальций. Ценность употребления витамина С. Диета: «за» и «против».

Ожоги. Первая помощь при ожогах. Действия при отравлении угарным газом, химическими веществами, ядохимикатами.

Первая помощь при электротравмах. Переломы. Правила поведения при подозрении на перелом, первая доврачебная помощь. Соблюдение осторожности и внимательности при оказании помощи.

Телесные повреждения при ДТП. Виды кровотечений и первая помощь пострадавшему.

Растения, опасные для туриста. Первая помощь при отравлении.

Курение и его влияние на организм. Первая помощь при отравлении алкоголем. Наркотики: губительное воздействие на организм. Запрещённые в России наркотические и психотропные вещества. Внешние проявления токсикомании.

Первая помощь при травмах различной степени тяжести, при отравлении химическими веществами.

Что нужно знать о гриппе, других эпидемиях. Заболевания животных, опасные для человека.

Чрезвычайные ситуации на гидротехнических сооружениях. Последствия аварий на гидротехнических сооружениях и правила поведения во время ЧС. Первая помощь при ранениях, вызванных взрывами.

## **Практические работы**

Навыки работы с документами: понятие «чрезвычайная ситуация», виды ЧС. Самооценка: развитие волевых качеств.

Источники шума в современной городской квартире. Аварийная посадка самолёта. Распределение снаряжения между участниками турпохода. График движения по туристскому маршруту. Освоение 9 разных типов узлов. Навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». Водоохранные зоны и прибрежные защитные полосы. Первая помощь при кровотечениях.

Навыки работы с документами: Федеральные законы «О противодействии экстремистской деятельности», «О противодействии терроризму». Ознакомление с устройством и порядком



использования огнетушителей. Психологическая готовность к встрече с преступником. Использование подручных средств самообороны. Линия поведения в чрезвычайных ситуациях.

### **Проектная деятельность**

Примерные темы проектов: «Программа закаливания», «Витамины — это жизнь», «Медиасреда — не навреди!», «Опасные игры», «Растения и грибы таят опасность», «Безопасное поведение на природе», «История великих кораблекрушений», «Правила поведения при чрезвычайных ситуациях на корабле», «Как укрыться от непогоды», «Отношение к пьянству в России», «Мифы о пьянстве на Руси», «Отражение темы пьянства в карикатуре»; «Наркотикам — нет!»; «Как смягчить последствия природных ЧС?», «Техногенные катастрофы», «Самые опасные заболевания, принимающие форму эпидемии: чума («чёрная смерть»), холера, грипп, тиф, сибирская язва», «Служба в Вооружённых Силах — почётная обязанность гражданина России».

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА**

№ п/п	Наименование раздела программы	Кол-во часов
<b>8 класс</b>		
1.	Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	2
2.	Здоровый образ жизни. Что это?	9
3.	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	9
4.	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе	6
5.	Современный транспорт и безопасность	6
Итоговое тестирование		1
Обобщающее повторение за курс "ОБЖ" 8 кл.		1
<b>Итого за курс:</b>		<b>34</b>
<b>9 класс</b>		
6.	Безопасный туризм	10
7.	Когда человек сам себе враг	4
8.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	14
9.	Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность РФ	6
<b>Итого за курс:</b>		<b>34</b>

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

8 класс

№ урока	Раздел / Тема урока	Содержание
<i>Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (2ч)</i>		
1.	Введение. Цели предмета ОБЖ.	Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ. Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.
2.	Окружающая среда и безопасность.	Проблемы безопасного взаимодействия человека со средой его обитания – бытовой, городской, природной, производственной.
<i>Здоровый образ жизни. Что это? (9ч)</i>		
3.	Зависит ли здоровье от образа жизни?	Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья.
4.	Физическое здоровье.	Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека. Закаливание как способ тренировки организма. Правила гигиены
5.	О жирах, белках и углеводах	Белки — строительный материал для организма; углеводы и жиры — источник энергии для организма. Продукты питания как экологический фактор. Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благотворное воздействие зелёного чая.
6.	Питаемся правильно. Поговорим о диете	Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Диета.
7.	Проблемы экологии питания.	Опасные продукты питания. Качество продуктов питания. Продукты питания как экологический фактор.
8.	Психическое здоровье.	Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы.
9.	Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье.	Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.
10.	Социальное здоровье.	Человек — социальное существо, член общества. Социальная среда. Отношения с окружающими людьми. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.
11.	Репродуктивное здоровье.	Репродуктивное здоровье — способность человека к воспроизведению. Половое созревание. Риски старшего подросткового возраста.
<i>Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни (9ч)</i>		
12.	Причины и последствия пожаров	Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков.
13.	Средства пожаротушения	Средства пожаротушения. Виды, марки огнетушителей их предназначение.
14.	Эвакуация.	Понятие – эвакуация, виды эвакуации. Организация эвакуации из горящего здания. Помощь при ожогах.
15.	Утечка газа.	Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом.

16.	Бытовая химия.	Правила безопасности при использовании бытовой химией. Первая помощь при отравлении.
17.	Залив жилища. Электричество.	Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах. Правила пользования электрическими приборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.
18.	Разумная предосторожность. Как вести себя на улице.	Каких мест лучше избегать. Если произошло нападение. Подручные предметы, которые можно использовать для самообороны. Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище.
19.	Опасные игры	Опасности, которые скрывает карьер. Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстрим в игре и спорте.
20.	Переломы	Признаки переломов. Способы транспортировки пострадавших.
<i>Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе (6ч)</i>		
21.	Ядовитые растения. Съедобные и несъедобные грибы.	Какие растения являются ядовитыми. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Расширение кругозора. Ядовитые растения, мифы о грибах.
22.	Неожиданные встречи в лесу. Гроза в лесу.	Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Если гроза застала вас в лесу
23.	Водоём зимой и летом.	Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Действия в неожиданных ситуациях. Выполнение правил поведения при купании.
24.	Отдых на воде.	Правила отдыха на воде. Правила катания на лодке. Экстрим отдых на воде.
25.	Как помочь тонущему человеку.	Приёмы проведения искусственного дыхания.
26.	Как спастись, если провалился под лёд?	Помощь провалившемуся под лёд. Правила зимней рыбалки. Первая помощь при обморожении.
<i>Современный транспорт и безопасность (6ч)</i>		
27.	Транспорт в современном мире.	Виды транспортных средств. Негативное воздействие транспорта на природу.
28.	Почему транспорт является источником опасности	ДТП. Причины и последствия ДТП. Нарушение правил дорожного движения. Расширение кругозора. Тормозной путь автомобиля
29.	Опасные игры на дорогах.	Опасные игры на дорогах. Как вести себя в ДТП. ПМП при кровотечениях. Расширение кругозора. Ремни безопасности
30.	Правила поведения на транспорте. Опасные ситуации в метро	Правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном), ответственность за их нарушения. Возможные опасные ситуации, связанные с метро. Правила поведения в метро.
31.	Авиационный транспорт.	Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Нестандартные ситуации во время полёта. Меры предосторожности при ухудшении самочувствия во время полёта.
32.	Железнодорожный транспорт.	Особенность железнодорожного транспорта. Правила поведения при крушении поезда, при возникновении в вагоне пожара. Расширение кругозора. Экологически безопасный транспорт, ремни безопасности, наказания за нарушения правил безопасного полёта
33.	Итоговое тестирование	
34.	Обобщающее повторение за курс "ОБЖ" 8 кл.	

9 класс

№ урока	Раздел / Тема урока	Содержание
<i>Безопасный туризм (10ч)</i>		
1.	Туризм – это отдых, связанный с преодолением трудностей	Виды активного туризма. Объективные и субъективные трудности туристического похода.
2.	Групповое снаряжение	Рациональное распределение группового снаряжения между участниками похода. Расширение кругозора. Как правильно выбрать рюкзак для похода.
3.	Безопасность в туристическом походе.	Зависимость безопасности в походе от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы. Правила безопасности в туристическом походе.
4.	Движение по туристическому маршруту.	Движение по туристскому маршруту. Составление графика движения по маршруту.
5.	Преодоление естественных препятствий.	Правила преодоления препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через реки. Правила переправы через замерзшие водоёмы.
6.	Обеспечение безопасности при выборе места для бивуака.	Основные правила безопасности при выборе места для организации бивуака туристической группы. Виды костров, правила разведения костров.
7.	Если турист отстал от группы.	Алгоритм (правила) обеспечения собственной безопасности туриста. Действия туристской группы по организации поиска туриста, отставшего от группы. Аварийный набор туриста.
8	Туризм и экология окружающей среды.	Туризм и экология окружающей среды. Утилизация отходов
9	Обеспечение безопасности в водном туристическом походе.	Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе.
10	Узлы в туристском походе.	Узлы в туристском походе. Функции, свойства и особенности узлов. Требования к узлам, продиктованные практикой их применения в походных условиях.
<i>Когда человек сам себе враг (4ч)</i>		
11.	Курение убивает!	Почему курят подростки? Чем опасен сигаретный дым? Влияние курения на растущий организм. Расширение кругозора. Из истории табака
12.	Алкоголь разрушает личность.	Понятия об алкоголе и алкогольной зависимости. Воздействие алкоголя на организм человека. Расширение кругозора. Из истории употребления алкогольных напитков в России
13.	Отравление алкоголем.	Отравление алкоголем. Первая помощь при отравлении алкоголем. Может ли праздник быть без застолья?
14.	Наркомания и токсикомания.	Что такое наркотики и наркомания? Воздействие наркотиков на организм человека. Ответственность за распространение и употребление наркотических веществ. Токсикомания.
<i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (14ч)</i>		
15.	Чрезвычайные ситуации и их классификация.	Что такое чрезвычайная ситуация. Классификация чрезвычайных ситуаций.
16.	Система оповещения в ЧС. Правила при эвакуации.	Система оповещения. Общие правила при эвакуации.
17.	Природные чрезвычайные ситуации.	Природные чрезвычайные ситуации. Виды природных чрезвычайных ситуаций.

8.	Землетрясение.	Что такое землетрясение. Степень воздействия сейсмических волн. Прогнозирование землетрясений. Признаки землетрясения. Правила поведения во время землетрясения.
19.	Извержение вулкана.	Извержение вулкана. Признаки начала извержения. Поведение во время извержения вулкана.
20.	Сели, оползни, обвалы, и снежные лавины.	Что такое сели и оползни. Причины их образования. Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней.
21.	Ураган, буря, смерч, цунами.	Что такое ураганы, бури, смерчи, цунами, чем они опасны. Поведение при угрозе их приближения
22.	Наводнения.	Причины возникновения наводнений. Меры по предупреждению последствий наводнений. Эвакуация перед наводнением и во время его. Действия перед наводнением и при наводнении.
23.	Природные пожары.	Природные пожары, их причины. Виды лесных пожаров. Действия при лесном пожаре.
24.	Причины и виды техногенных ЧС	Причины техногенных чрезвычайных ситуаций. Виды техногенных катастроф.
25.	Аварии на коммунальных сетях.	Безопасное поведение при авариях на коммунальных сетях
26.	Аварии на химически опасных объектах.	Безопасное поведение при химических катастрофах
27.	Аварии на радиационно-опасных объектах.	Безопасное поведение при радиационной аварии
28.	Гидродинамические аварии.	Безопасное поведение при гидродинамической аварии
<i>Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность РФ (6ч)</i>		
29.	Экстремизм и терроризм.	Что такое экстремизм. Крайнее проявление экстремизма. Терроризм. Проявления терроризма.
30.	Как снизить угрозу теракта?	Вы обнаружили неизвестный предмет... Угроза взрыва в общественном месте. Правила поведения при взрыве в общественном месте.
31.	Если вас взяли в заложники или похитили...	Правила поведения - если человек оказался в заложниках. Особенности проведения спецопераций. Как избежать похищения?
32.	Взрывы в жилых домах.	Взрывы в жилых домах. Как вести себя после взрыва? Эвакуация из разрушенного дома.
33.	Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.	Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.
34.	Национальная безопасность Российской Федерации.	Что такое национальная безопасность Российской Федерации. Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации