

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №16»
городского округа город Стерлитамак
Республики Башкортостан

Рабочая программа по учебному предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»

Уровень: основное общее образование
Классы: 8-9
Срок реализации: 2 года.

Планируемые результаты освоения обучающимися основной образовательной программы основного общего образования

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;
- формирование ответственного отношения к учению, гордости 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 многообразном мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 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 её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- формирование потребностей 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 её 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 свое мнение;

- формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- освоение приёмов 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 защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного 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 характера;

- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесение иного вреда здоровью;

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

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного характера;

- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказывать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- уметь принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**Содержание учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»
на уровне основного общего образования**

8 класс

Модуль I. Основы комплексной безопасности

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Тема 1. Пожарная безопасность

Пожары в жилых и общественных зданиях, причины их возникновения и возможные последствия. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании. Пожар. Исторические факты сильнейших пожаров в России. Наиболее распространенные причины пожаров в быту. Наиболее распространенные пожары на территории РБ. Меры пожарной безопасности. Правила поведения на пожаре. Когда огонь становится врагом. Пожарная безопасность. Государственная противопожарная служба. Использование средств пожаротушения. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения. Права граждан. Обязанности граждан. Федеральный закон «О пожарной безопасности». Ответственность граждан в области пожарной безопасности.

Тема 2. Безопасность на дорогах.

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия и травматизма людей. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда. Велосипедист — водитель транспортного средства. Статистика дорожно-транспортных происшествий в РФ. Причины дорожно-транспортных происшествий.

Опасные ситуации на дороге. Опасные ситуации на транспорте. Дорога. Основные сигналы подаваемые регулировщиком. Обязанности

пассажиров. Поведение пассажиров в общественном транспорте. Основные требования к техническому состоянию велосипеда. Правила для велосипедистов в РБ. Правила дорожного движения.

Тема 3. Безопасность на водоемах.

Водоемы. Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасное поведение на водоемах в различных условиях. Безопасный отдых на водоемах. Оказание помощи терпящим бедствие на воде. Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта. Правила безопасного поведения на замерзших водоемах. Безопасность морских и речных судов. Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Приемлемые температуры воды для плавания. Опасные ситуации и правила поведения на воде. Обработка в паре правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде. Способы транспортировки пострадавшего.

Тема 4 Экология и безопасность.

Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека. Понятия о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой. Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке. Загрязнение атмосферы. Загрязнение почв. Загрязнение вод. Экологическая обстановка в РБ. Мутагены. Свободные радикалы. Витамины. Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами. Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.

Тема 5 Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия.

Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Потенциально опасные объекты. Аварии на радиационноопасных, химически опасных, взрывопожароопасных объектах и на гидротехнических сооружениях, их причины и возможные последствия. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Аварии на радиационноопасных объектах и их возможные последствия. Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия. Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия. Авария. Катастрофа. Типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Радиационно опасный объект. Ионизирующие излучения. Атомная электростанция. Ядерные боеприпасы. Аварийно – химически опасное вещество. Наиболее распространенные АХОВ. Химически опасный объект.

Химическая авария. Химически опасные объекты в нашем городе. Взрывопожароопасные объекты. Взрывопожароопасные объекты в нашем городе. Гидротехнические сооружения. Гидродинамическая авария. Самые сокрушительные гидродинамические аварии в истории человечества.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

Тема 6. Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области безопасности, определяющие защищенность жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз. Права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности. Обеспечение радиационной безопасности населения. Обеспечение химической защиты населения. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях. Радиационная безопасность населения. Естественный радиационный фон. Эффективная доза. Санитарно-защитная доза. Средства индивидуальной защиты. Основные мероприятия по химической защите населения. Действия при завале. Категории опасных производственных объектов. Рекомендации населению специалистов МЧС. Мероприятия по защите населения от ЧС гидродинамического происхождения.

Тема 7. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения. Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Комплекс специальных мероприятий по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Оповещение населения об опасностях техногенного характера в нашем городе. Организация оповещения населения о ЧС техногенного и природного характера и поведении в случае их возникновения.

Действия населения по сигналу “Внимание всем!” и сопровождающей речевой информации. Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Пункты сбора при эвакуациях в нашем городе. Органы ГОЧС в нашем городе. Использование индивидуальных средств защиты: домашней медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки, респиратора, противогаза. Безопасное поведение человека в природных условиях: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия. Убежища. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения укрываемых в защитных сооружениях гражданской обороны. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций, техногенного и природного

характера. Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях. Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы самозащиты. Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятий, на стадионах). Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта. Поведение при похищении или захвате в качестве заложника.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел III. Основы здорового образа жизни.

Тема 8. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Общие понятия о здоровье как основной ценности человека. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и его составляющие. Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня и его значение для здоровья. Профилактика переутомления. Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека. Роль здорового образа жизни в формировании у обучаемых современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности. Ряд определений здоровья. Здоровье. Здоровый образ жизни. Факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье. Индивидуальное здоровье. Фактор наследственности. Духовный фактор. Биологическая репродукция. Демографический кризис. Демографическая обстановка в РБ. Здоровый образ жизни. Факторы отрицательно влияющие на здоровье человека. Основные неинфекционные заболевания. Основные причины возникновения неинфекционных заболеваний в РБ. Наркомания. Алкоголизм. Табакокурения. Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах». Общая культура в области безопасности жизнедеятельности. Влияние человеческого фактора на безопасность.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Тема 9. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях. Правила оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при отравлении. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки. Оказание первой медицинской помощи при утоплении. Способы проведения

искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение. Первая медицинская помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами. Первая медицинская помощь при травмах, ожогах и обморожении. Первая медицинская помощь. Табельные средства оказания первой медицинской помощи. подручные средства оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при отравлении хлором. Первая медицинская помощь при отравлении аммиаком. Травма. Перелом. Вывих. Растяжение. Разрыв связок. Не прямой массаж сердца.

Итоговый и промежуточный контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

9 класс

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Тема 1. Национальная безопасность России в современном мире.

Россия-наша Родина, страна где мы с вами родились, где жили наши предки и где, вероятнее всего, будут жить ваши дети. Любовь к Родине-это естественное чувство каждого нормального человека, гражданина этой страны. Любовь к Родине прежде всего воспитывается в каждом человеке как любовь к матери, любовь к родному дому, любовь к городу, населенному пункту, где протекают ранние годы жизни, как любовь к нашей стране, к ее людям, к культуре, обычаям. Все это вызывает стремление внести свой вклад в то, чтобы наша страна стала прекраснее, а жизнь в ней- лучше. Эти потребности человека определяют его нравственность. Нравственность можно так же определить, как стремление найти пути и обеспечить сохранение человечества как вида на Земле, уменьшив влияние факторов на жизнедеятельность, способствующих самоуничтожению человека. Каждый человек-гражданин России должен беречь и преумножать ее национальное достояние, глубоко понимать, в чем заключается национальные интересы государства.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России.

Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени. Причины увеличения за последнее время количества различных чрезвычайных ситуаций, их масштаб и отрицательных последствий на жизнедеятельность человека. Какие ситуации относятся к опасным, а какие к экстремальным, какие ситуации к чрезвычайным природного, техногенного и социального характера. Понятие классификации чрезвычайных ситуаций по масштабу их распространению и тяжести их последствий. Почему недостижима абсолютная безопасность всего населения. Возникновение различных опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера. Возможность с высокой точностью предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера. В каких регионах нашей страны чаще всего

происходят наводнения. Роль государства в обороне и обеспечении национальной безопасности России.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

Тема 3. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций.

На территории Российской Федерации возможно возникновение различных чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера которые могут повлечь за собой человеческие жертвы, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей. В данном разделе рассматривается когда и с какой целью была создана единая государственная система предупреждения и ликвидация чрезвычайных ситуаций(РСЧС). Какое ведомство отвечает за организацию защиты учащихся и персонала общеобразовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций. Значение такого органа как гражданская оборона. Какие основные задачи решает МЧС России по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Тема 4. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Потенциально опасные объекты. Аварии на радиационноопасных, химически опасных, взрывопожароопасных объектах и на гидротехнических сооружениях, их причины и возможные последствия. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Аварии на радиационноопасных объектах и их возможные последствия. Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия. Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия. Авария. Катастрофа. Типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Радиационно опасный объект. Ионизирующие излучения. Атомная электростанция. Ядерные боеприпасы. Аварийно – химически опасное вещество. Наиболее распространенные АХОВ. Химически опасный объект. Химическая авария. Химически опасные объекты в нашем городе. Взрывопожароопасные объекты. Взрывопожароопасные объекты в нашем городе. Гидротехнические сооружения. Гидродинамическая авария. Самые сокрушительные гидродинамические аварии в истории человечества. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения. Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Комплекс специальных мероприятий по защите населения от

чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Оповещение населения об опасностях техногенного характера в нашем городе. Организация оповещения населения о ЧС техногенного и природного характера и поведении в случае их возникновения. Действия населения по сигналу “Внимание всем!” и сопровождающей речевой информации. Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Пункты сбора при эвакуациях в нашем городе. Органы ГОЧС в нашем городе. Использование индивидуальных средств защиты: домашней медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки, респиратора, противогаза. Безопасное поведение человека в природных условиях: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия. Убежища. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения укрываемых в защитных сооружениях гражданской обороны. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера. Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы самозащиты. Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятий, на стадионах). Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта. Поведение при похищении или захвате в качестве заложника.

Раздел 3. Противодействия терроризма и экстремизму в Российской Федерации.

Тема 5. Общие понятия о терроризме и экстремизме и наркотизму.

Общие понятия о опасности для национальной безопасности России представляют терроризм и экстремизм. Какие меры предусматриваются в Российской Федерации по противодействию терроризму и экстремизму. Основные черты присущи современному терроризму и разделение его по видам в зависимости от целей, которые преследуют преступники. Почему мировая общественность так серьезно оценила опасность распространения наркомании среди населения планеты Земля. Меры принимаемые в России за последние годы для борьбы с наркоманией. Почему такие серьезные наказания предусмотрены в Уголовном кодексе Российской Федерации за склонение к потреблению наркотических и психотропных веществ и суровость этих наказаний. За счет чего в первую очередь наркоторговцы организывают удачный сбыт своего товара.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Тема 6. Здоровье- условие благополучия человека.

Общие понятия о здоровье как основной ценности человека. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и его составляющие. Здоровый образ жизни

— индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня и его значение для здоровья. Профилактика переутомления. Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека. Роль здорового образа жизни в формировании у обучаемых современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности. Ряд определений здоровья. Здоровье. Здоровый образ жизни. Факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье. Индивидуальное здоровье. Фактор наследственности. Духовный фактор. Биологическая репродукция. Демографический кризис. Демографическая обстановка в РФ. Здоровый образ жизни. Факторы отрицательно влияющие на здоровье человека. Основные неинфекционные заболевания.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Тема 7. Оказание первой помощи.

Первая медицинская помощь при неотложных состояниях. Правила оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при отравлении. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки.

Оказание первой медицинской помощи при утоплении. Способы проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение.

Первая медицинская помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами. Первая медицинская помощь при травмах, ожогах и обморожении.

Первая медицинская помощь. Табельные средства оказания первой медицинской помощи. подручные средства оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при отравлении хлором. Первая медицинская помощь при отравлении аммиаком.

Травма. Перелом. Вывих. Растяжение. Разрыв связок. Не прямой массаж сердца.

**Тематическое планирование предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

№	Вид программного материала	Количество часов
1	Основы комплексной безопасности	11
2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения	12
3	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	11
Итого		34 часа

№	Вид программного материала	Количество часов
1	Основы комплексной безопасности	4
2	Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России	4
3	Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций	3
4	Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации по защите населения от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время	7
5	Общие понятия о терроризме и экстремизме и наркотизме	5
6	Здоровье- условие благополучия человека	9
7	Оказание первой медицинской помощи	2
Итого		34 часа