

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Гимназия «Квант»»

Рассмотрена  
на заседании МС  
Руководитель МС  
Л.М. Голубинская



Протокол № 1  
от 31.08.2020

Согласована  
Заместитель директора  
А.А. Сашнина



«1» 09 2020г.

Утверждена  
Директор МАОУ «Гимназия  
«Квант» Е.Л. Киселёва



Рабочая программа учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности»

8 – 9 классы

Учитель:

Моганова С.В.

Классы:

8, 9

Великий Новгород

2020

## Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для 8-9 класса разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования;

- примерной программы основного общего образования по Основам безопасности жизнедеятельности;

- федеральным перечнем учебников, рекомендуемых Министерством просвещения РФ к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2018 г. N 345”;

- программой курса Основы безопасности жизнедеятельности: 5 – 9 классы: рабочая программа / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, А.Б. Таранин. – М.: Вентана-Граф, 2017;

- учебниками Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: учебник / С.Н. Вангородский, М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.В. Марков, - 4-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2017; Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник / С.Н. Вангородский, М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.В. Марков, - 4-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2018

- с учебным планом МАОУ «Гимназия «Квант» на уровне основного общего образования: объем часов по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» за 2 года составляет 69 часов: 8 класс, 35 недель, 1 час в неделю, 35 часов в год; 9 класс, 34 недели, 1 час в неделю, 34 часа в год.

Данный учебный предмет имеет своей **целью**:

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества

- выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

**Основные задачи, решение которых обеспечивает достижение цели:**

- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе

Основные межпредметные связи осуществляются с уроками география, химия, биология.

## **Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения предмета**

### **Личностные результаты:**

– усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;

– формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;

– усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;

– формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;

– формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;

– формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

– освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;

– развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

– формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;

– формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;

– осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

– формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Метапредметные результаты:**

– умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;

– умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

– умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;

– умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных

задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;

- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;

- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;

- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;

- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

#### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;

- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;

- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;

- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для

полноценной жизни человека;

– знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;

– знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;

– умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;

– умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;

– умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

– овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

В работе с данной программой используются такие технологии как: организации самостоятельной работы.

В процессе работы используются такие формы контроля как: устный опрос, тематический опрос, тестирование, самостоятельная работа.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

В результате изучения программы по предмету обучающийся должен:

**знать:**

– классификацию чрезвычайных ситуаций техногенного характера

– классификацию и условия экологической безопасности;

– классификацию и причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

– мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;

– алгоритм действий по оказанию первой помощи;

– основы здорового образа жизни и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, вредные привычки и их профилактику;

– потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

– основы безопасной жизнедеятельности в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного происхождения;

– основные задачи РСЧС и гражданской обороны;

– основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности населения и порядок взаимодействия населения с этими службами;

В результате изучения программы по предмету обучающийся должен:

**уметь:**

– 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;

- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- 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);
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- анализировать состояние своего здоровья;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- Получит возможность научиться:***
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;

## **Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **8 класс**

#### **Раздел I. Основы безопасности личности, общества и государства**

##### **Тема 1. Производственные аварии и катастрофы**

##### **Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация.**

Понятие об аварии, производственной и транспортной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера по масштабу распространения и тяжести последствий. Типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их классификация и характеристика (транспортные аварии, аварии с выбросом

биологически опасных веществ, аварии на электроэнергетических и коммунальных системах, обрушения зданий и сооружений и др.).

**Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них.** Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины аварий и катастроф техногенного характера. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Заблаговременные меры по предупреждению и защите от чрезвычайных ситуаций.

### **Тема 2. Взрывы и пожары**

Из истории катастроф.

**Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах.** Наиболее распространенные причины пожаров и взрывов на промышленных предприятиях, транспорте, в складских помещениях. Понятие о пожаро- и взрывоопасных объектах. Виды аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.

**Общие сведения о взрыве и пожаре.** Понятие о взрыве. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Зоны действия взрыва. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование, степени разрушения. Понятие о пожаре и горении. Условия для протекания процесса горения. Классификация веществ и материалов по группам возгораемости.

**Классификация пожаров.** Виды пожаров по внешним признакам горения и месту возникновения. Классификация пожаров по масштабам интенсивности и времени прибытия первых пожарных подразделений. Стадии развития пожара. Линейное и объемное распространение пожара.

**Причины пожаров и взрывов, их последствия.** Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных и взрывоопасных предприятиях. Основные причины взрывов в жилых домах и связанных с ними пожаров. Террористическая деятельность как причина взрыва. Последствия взрывов и пожаров на объектах экономики и в жилых зданиях.

**Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов.** Основные поражающие факторы пожара: открытый огонь и искры, повышенная температура окружающей среды, токсичные продукты горения и др. Вторичные факторы поражения пожара. Основные и вторичные поражающие факторы взрывов. Поражения людей при взрывах.

**Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах.** Правила безопасного поведения при пожаре в здании, при опасной концентрации дыма и повышении температуры. Действия по спасению пострадавших из горящего здания, после взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва. Действия по спасению из завала. Тушение на человеке одежды.

**Пожары и паника.** Понятие о панике. Опасность паники в чрезвычайных ситуациях. Механизм панического бегства, движение людей при вынужденной эвакуации. Правила безопасного поведения при панике во время пожара в общественном месте. Меры по предотвращению паники.

### **Тема 3. Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ**

Из истории химических аварий.

**Виды аварий на химически опасных объектах.** Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Классификация промышленных объектов, городов, городских и сельских районов, областей, краев и республик по степени химической опасности.

**Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека.** Классификация опасности веществ по степени воздействия на организм человека. Понятие об аварийно химически опасном веществе. Наиболее распространенные аварийно химически опасные вещества (хлор, аммиак, фосген и др.), характеристика, воздействие на человека, меры по предотвращению отравления и оказанию первой помощи.

**Причины и последствия аварий на химически опасных объектах.** Причины химических аварий и их возможные последствия. Понятие об очаге химического поражения и зонах химического заражения. Характеристика зон химического поражения, их глубина и форма. Стойкость аварийно химически опасных веществ.

**Защита населения от аварийно химически опасных веществ.** Основные способы защиты населения от аварийно химически опасных веществ. Принципы работы системы оповещения. Использование средств индивидуальной защиты органов дыхания. Защитные свойства гражданских противогазов. Изготовление ватно-марлевой повязки. Укрытие людей в защитных сооружениях и последовательность герметизации помещений. Организация эвакуации населения.

**Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ.** Меры предосторожности, действия в случае оповещения об аварии и правила движения по зараженной местности. Правила безопасного поведения после выхода из зоны заражения. Действия при подозрении на поражение аварийно химически опасными веществами.

#### **Тема 4. Аварии с выбросом радиоактивных веществ**

Из истории радиационных аварий.

**Радиация вокруг нас.** Понятие об ионизирующем излучении и его влияние на человека. Виды ионизирующего излучения (альфа-, бета- и гамма-излучения) и их характеристика. Измерение дозы облучения. Естественные и искусственные источники ионизирующего излучения. Внешнее и внутреннее облучение человека. Дозы облучения от различных источников излучения.

**Аварии на радиационно опасных объектах.** Понятие о радиационно опасном объекте. Классификация аварий с выбросом радиоактивных веществ и их причины. Деление районов радиоактивного заражения на зоны. Четыре фазы аварии на радиационно опасном объекте и их характеристика.

**Последствия радиационных аварий.** Специфические свойства радиоактивных веществ. Понятие о периоде полураспада. Радиоактивное загрязнение местности. Виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия. Понятие о радиочувствительности органов человека, их классификация по этому признаку и установленные для них значения основных дозовых пределов. Определение допустимых доз облучения. Последствия однократного и многократного облучения. Допустимые значения заражения продуктов питания и воды.

**Защита от радиационных аварий.** Меры предосторожности, принимаемые проживающими вблизи от радиационно опасных объектов людьми. Действия в случае поступления сигнала об аварии на радиационно опасном объекте (подготовка к эвакуации, действия при отсутствии убежища и средств защиты). Режим поведения при проживании на загрязненной местности. Комплекс мер по защите населения: режим радиационной защиты, использование средств

индивидуальной защиты, проведение йодной профилактики, радиометрический контроль продуктов питания.

### **Тема 5. Гидродинамические аварии**

Из истории гидродинамических аварий.

**Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия.** Классификация гидродинамических аварий. Затопление как следствие гидродинамической аварии. Понятие о зоне затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Классификация гидродинамически опасных объектов, основные причины аварий на них. Поражающие факторы и последствия гидродинамических аварий.

**Защита от гидродинамических аварий.** Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Основные меры по защите населения. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах.

### **Тема 6. Чрезвычайные ситуации на транспорте**

Из истории транспортных аварий.

**Автомобильные аварии и катастрофы.** Автомобильные аварии и катастрофы и их основные причины. Автомобиль как источник опасности на дороге. Безопасное поведение на дорогах.

**Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов.** Правила движения по проезжей части на велосипедах и мопедах. Сигналы поворота и торможения. Запрещенные для водителей велосипедов и мопедов действия на дороге.

### **Тема 7. Чрезвычайные ситуации экологического характера**

**Состояние природной среды и жизнедеятельность человека.** Антропогенные изменения в природе: преднамеренные преобразования и попутные изменения. Формы воздействия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайной ситуации экологического характера, их классификация. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Понятие о токсичности. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека.

**Изменение состава атмосферы (воздушной среды).** Функции воздушной среды. Зависимость климата от прозрачности атмосферы. Влияние хозяйственной деятельности человека на воздушную среду. Опасные явления, связанные с изменением состава атмосферы: парниковый эффект, разрушение озонового экрана, кислотные осадки. Основные источники загрязнения воздушной среды вредными веществами. Меры по улучшению ситуации.

**Изменение состояния гидросферы (водной среды).** Значение воды для жизни на Земле. Физико-химические свойства питьевой воды. Причины ухудшения качества пресных природных вод. Понятие о сточных водах. Классификация и характеристика сточных вод. Отрицательная динамика состояния питьевой воды.

**Изменение состояния суши (почвы).** Функции и значение почвы. Основные причины сокращения сельскохозяйственных угодий. Причины опасного влияния почвы на здоровье человека. Опасность, исходящая из почвенных покровов в связи с широким применением пестицидов. Деградация почвы и ее причины. Классификация отходов и их влияние на загрязнение почвы.

**Нормативы предельно допустимых воздействий на природу.** Понятие о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве.

Нормы качества воздуха, воды и почвы. Правила поведения для уменьшения влияния на здоровье вредных экологических факторов.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи**

**Первая помощь при массовых поражениях.** Основные факторы поражения людей при чрезвычайных ситуациях. Главная задача и основная цель первой помощи. Мероприятия первой помощи при массовых поражениях.

**Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами.** Воздействие химических веществ на организм человека. Пути попадания ядовитых веществ в организм человека: через органы дыхания, через желудочно-кишечный тракт, через кожу. Наиболее характерные и общие признаки химического отравления. Общие правила оказания первой помощи при поражении аварийно химически опасными веществами: удушающего действия; общеядовитого действия; удушающего и общеядовитого действия; нейротропного действия; удушающего и нейротропного действия. Первая помощь при поражении метаболическими ядами; при отравлении соединениями тяжелых металлов и мышьяка; при ожогах химическими веществами.

**Первая помощь при бытовых отравлениях.** Признаки отравления средствами бытовой химии (инсектицидами, уксусной эссенцией, перекисью водорода и др.) и оказание первой помощи. Причины, последствия и признаки отравления минеральными удобрениями. Оказание первой помощи при первых признаках отравления минеральными удобрениями (при отравлении через органы пищеварения, дыхательные пути, глаза и кожу).

## **Раздел III. Основы здорового образа жизни**

**Физическая культура и закаливание.** Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Развитие необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Пути развития сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств. Понятие о закаливании. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Принципы закаливания. Факторы окружающей среды, применяемые для закаливания организма: воздушные и солнечные ванны, закаливание водой.

**Семья в современном обществе.** Роль и задачи семьи в современном обществе. Создание семьи путем заключения брака. Понятие о законном браке. Права и обязанности супругов. Пути достижения взаимопонимания в семье.

## **9 класс**

### **Раздел I. Основы безопасности личности, общества и государства**

#### **Тема 1. Современный комплекс проблем безопасности**

Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства. Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов.

Угрозы национальной безопасности Российской Федерации. Понятие о национальной безопасности и основные направления её обеспечения. Угрозы в сфере военной, государственной и общественной безопасности. Меры по защите от этих угроз. Международный терроризм. Понятие о терроризме. Цели террористических организаций. Типы терроризма и их характеристика. Основные

направления международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности. Правовая основа антитеррористической деятельности в России.

Террористическая и экстремистская деятельность. Пути вовлечения молодёжи в террористическую и экстремистскую деятельность. Индивидуальные качества человека, способствующие вовлечению его в террористическую и экстремистскую деятельность.

Наркотизм и национальная безопасность. Понятие о наркотизме, наркомании, токсикомании. Социальная опасность наркотизма. Правовая основа государственной политики в сфере оборота наркотических и психотропных веществ.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности. Понятие о гражданской обороне. Основные задачи в области гражданской обороны. Силы гражданской обороны. Руководство гражданской обороной.

## **Тема 2. Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)**

Цели, задачи и структура РСЧС. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и причины её создания. Цели, задачи и структура РСЧС. Координационные органы РСЧС и их характеристика.

Режимы функционирования, силы и средства РСЧС. Режимы функционирования и основные мероприятия при их введении: в отсутствие чрезвычайной ситуации; при угрозе её возникновения; при возникновении и ликвидации. Силы и средства РСЧС, их задачи и характеристика.

## **Тема 3. Международное гуманитарное право**

Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение его норм. Понятие о международном гуманитарном праве и сфера его применения. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права. Действия, нарушающие нормы международного гуманитарного права, и ответственность за их совершение.

Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала. Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Обеспечение защиты раненых и больных во время вооружённого конфликта. Основные требования по защите раненых и больных из состава действующей армии и вооружённых сил на море. Защита медицинского и духовного персонала. Состав медицинских формирований и их эмблемы.

Защита военнопленных и гражданского населения. Понятие о комбатанте и военнопленном. Основные требования по защите военнопленных. Права военнопленных. Защитные меры в отношении гражданского населения. Запрещённые действия в отношении гражданского населения. Основные требования по защите гражданского населения, находящегося во власти противника. Гуманитарная помощь нуждающемуся гражданскому населению. Особая защита женщин и детей в вооружённых конфликтах.

## **Тема 4. Безопасное поведение в криминогенных ситуациях**

Защита от мошенников. Понятие о мошенничестве, обмане, злоупотреблении доверием. Распространённые способы мошенничества. Правила безопасного поведения при подозрении, что являетесь объектом мошенничества. Уголовная ответственность за мошенничество.

Безопасное поведение девушек. Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек при встрече с хулиганами, уголовниками и лицами, находящимися в нетрезвом состоянии. Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незнакомом месте; при возникновении угрозы насилия. Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Наиболее уязвимые части тела. Уголовная ответственность за изнасилование и насильственные действия сексуального характера.

Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций. Самооценка поведения. Признаки потенциальной жертвы. Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях. Тренировка уверенности. Правила безопасного поведения при неизбежности конфликта. Поведение при столкновении с хулиганами, похищении, попытке изнасилования. Конфликтные ситуации при приобретении товаров и услуг. Самозащита покупателя.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи**

### **Тема 5. Профилактика травм в старшем школьном возрасте**

Причины травматизма и пути его предотвращения. Понятие о травматизме. Основные причины травматизма и виды травм в школьном возрасте. Меры по предотвращению различных видов травм.

Безопасное поведение дома и на улице. Правила безопасного поведения в быту, снижающие риск получения травм в домашних условиях. Меры по снижению опасности на воде. Защита от дорожно-транспортных происшествий (ДТП). Что делать, если вы оказались свидетелем или участником ДТП.

Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом. Правила поведения на уроках физики, химии, во время перемен. Причины травматизма на уроках физической культуры и во время занятий спортом. Виды спорта с высокой степенью травматического риска. Профилактика травматизма на уроках физической культуры и во время спортивных занятий. Безопасная одежда, обувь и защитное снаряжение.

### **Тема 6. Основы медицинских знаний**

Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика. Понятие о ране. Виды ран. Понятие об антисептике и её виды. Основные антисептические средства и порядок их применения. Понятие об асептике. Предупреждение инфицирования ран с помощью асептических средств.

Травмы головы, позвоночника и спины. Причины травм головы и позвоночника. Признаки травм головы и позвоночника; первая помощь при них. Сотрясение головного мозга: признаки; первая помощь. Признаки повреждения спины. Предупреждение повреждения спины и первая помощь при болях.

Экстренная реанимационная помощь. Понятие о клинической смерти и её признаки. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе, непрямом массаже сердца, искусственной вентиляции лёгких. Техника и последовательность действий

при выполнении этих реанимационных мероприятий. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

Основные неинфекционные заболевания. Характеристика наиболее распространённых и опасных неинфекционных заболеваний. Причины неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.

### **Раздел III. Основы здорового образа жизни**

#### **Тема 7. Здоровье и здоровый образ жизни**

Здоровье человека. Понятие о здоровье. Физическое, духовное, социальное здоровье. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Взаимосвязь между индивидуальным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье.

Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления. Понятие о здоровом образе жизни. Основные компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха; их характеристика. Негативное воздействие на здоровье факторов риска внешней и внутренней среды. Теории оздоровления.

Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье. Понятие о внешней среде. Факторы риска во внешней среде и их влияние на организм человека. Понятие о внутренней среде организма. Роль внутренней среды организма.

#### **Тема 8. Личная гигиена**

Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды. Понятие о гигиене и личной гигиене. Правила ухода за кожей. Основная функция одежды и гигиенические требования к ней.

Гигиена питания и воды. Важность питания в процессе нормальной жизнедеятельности организма. Группы продуктов питания. Рекомендуемый набор пищевых продуктов в рационе взрослого человека и подростка. Суточное распределение пищевого рациона. Гигиена питания. Функции, которые выполняет вода в организме человека. Гигиена воды.

Гигиена жилища и индивидуального строительства. Гигиена жилища. Микроклимат помещения. Нормы искусственной освещённости. Гигиена индивидуального строительства.

#### **Тема 9. Физиологические и психологические особенности организма подростка**

Физиологическое и психологическое развитие подростков. Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая уравновешенность и её значение для здоровья человека. Мероприятия, помогающие справиться с чувствами и эмоциями.

Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции. Понятие о влюблённости. Рекомендации по снятию стресса, вызванного безответной любовью. Понятие о «ловушках влюблённости». Нежелательные мотивы вступления в сексуальные отношения. Заболевания, передающиеся половым путём.

Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях. Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приёмы управления чувствами и эмоциями.

Суицидальное поведение в подростковом возрасте. Понятие о суициде. Причины и факторы, повышающие вероятность суицида. Признаки, указывающие

на возможность суицида. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суицид среди подростков и молодёжи. Причины и признаки эмоционального неблагополучия человека. Угнетённое психическое состояние. Профилактика суицида.

**Тема 10. Факторы, разрушающие здоровье человека**

Курение табака и его влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Стадии никотиновой зависимости. Как бросить курить.

Употребление алкоголя. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Развитие алкоголизма. Профилактика употребления алкогольных напитков. Помощь при алкогольном отравлении.

Наркомания и токсикомания. Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических и токсических веществ на организм человека. Три основных признака наркомании и токсикомании. Развитие психической и физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами; оказание первой помощи.

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

**8 класс**

№ п/п	Количество часов, отводимых на изучение каждой темы	Тема раздела. Тема урока.
	<b>28</b>	<b>Раздел I «Основы безопасности личности, общества и государства»</b>
	<b>2</b>	<b><i>Тема 1. Производственные аварии и катастрофы</i></b>
1	1	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация
2	1	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них
	<b>7</b>	<b><i>Тема 2. Взрывы и пожары</i></b>
3	1	Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах
4	1	Общие сведения о взрыве и пожаре
5	1	Классификация пожаров
6	1	Причины пожаров и взрывов, их последствия
7	1	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов
8	1	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. Пожары и паника
9	1	Контрольная работа по теме: "Взрывы и пожары"
	<b>5</b>	<b><i>Тема 3. Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ</i></b>
10	1	Виды аварий на химически опасных объектах

11	1	Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека
12	1	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах
13	1	Защита населения от аварийно химически опасных веществ. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ
14	1	Контрольная работа по теме: "Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ"
	<b>5</b>	<b><i>Тема 4. Аварии с выбросом радиоактивных веществ</i></b>
15	1	Радиация вокруг нас
16	1	Аварии на радиационно опасных объектах
17	1	Последствия радиационных аварий
18	1	Защита от радиационных аварий
19	1	Контрольная работа по теме "Аварии с выбросом радиоактивных веществ"
	<b>3</b>	<b><i>Тема 5. Гидродинамические аварии</i></b>
20	1	Аварии на гидродинамически опасных объектах
21	1	Причины и последствия гидродинамических аварий
22	1	Защита от гидродинамических аварий
	<b>2</b>	<b><i>Тема 6. Чрезвычайные ситуации на транспорте</i></b>
23	1	Автомобильные аварии и катастрофы
24	1	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов
	<b>5</b>	<b><i>Тема 7. Чрезвычайные ситуации экологического характера</i></b>
25	1	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека
26	1	Изменение состава атмосферы (воздушной среды)
27	1	Изменение состава гидросферы (водной среды)
28	1	Изменение состояния суши (почвы). Нормативы предельно допустимых воздействий на природу
29	1	Контрольная работа по теме "Чрезвычайные ситуации экологического характера"
	<b>3</b>	<b>Раздел II Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>
30	1	Первая помощь при массовых поражениях
31	1	Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами
32	1	Первая помощь при бытовых отравлениях
		<b>Раздел III Основы здорового образа жизни</b>
33	1	Физическая культура и закаливание
34	1	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа
35	1	Семья в современном обществе

9 класс

№ п/п	Количество часов, отводимых на изучение каждой темы	Тема раздела. Тема урока.
	<b>14</b>	<b>Раздел I «Основы безопасности личности, общества и государства»</b>
	<b>6</b>	<b><i>Тема 1. Современный комплекс проблем безопасности</i></b>
1	1	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства. Стартовая диагностическая работа
2	1	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации
3	1	Международный терроризм как угроза национальной безопасности
4	1	Наркотизм и национальная безопасность
5	1	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности
6	1	Контрольная работа по теме "Современный комплекс проблем безопасности"
	<b>2</b>	<b><i>Тема 2. Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</i></b>
7	1	Цели, задачи и структура РСЧС
8	1	Режимы функционирования, силы и средства РСЧС
	<b>4</b>	<b><i>Тема 3. Международное гуманитарное право</i></b>
9	1	Международное гуманитарное право. Сферы применения и ответственность за нарушение его норм
10	1	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала
11	1	Защита военнопленных и гражданского населения
12	1	Контрольная работа по теме "Международное гуманитарное право"
	<b>2</b>	<b><i>Тема 4. Безопасное поведение в криминогенных ситуациях</i></b>
13	1	Защита от мошенников. Безопасное поведение девушек
14	1	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций
	<b>8</b>	<b>Раздел II Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>
	<b>3</b>	<b><i>Тема 5. Профилактика травм в старшем школьном возрасте</i></b>
15	1	Причины травматизма и пути их предотвращения
16	1	Безопасное поведение дома и на улице
17	1	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом
	<b>5</b>	<b><i>Тема 6. Основы медицинских знаний</i></b>

18	1	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика
19	1	Травмы головы, позвоночника и спины
20	1	Экстренная реанимационная помощь
21	1	Основные неинфекционные заболевания
22	1	Контрольная работа на тему "Основы медицинских знаний"
	<b>11</b>	<b>Раздел III Основы здорового образа жизни</b>
	<b>2</b>	<b><i>Тема 7. Здоровье и здоровый образ жизни</i></b>
23	1	Здоровье человека. Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления
24	1	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье
	<b>3</b>	<b><i>Тема 8. Личная гигиена</i></b>
25	1	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды
26	1	Гигиена воды и питания. Гигиена жилища и индивидуального строительства
27	1	Контрольная работа по теме "Личная гигиена"
	<b>2</b>	<b><i>Тема 9. Физиологические и психологические особенности организма подростка</i></b>
28	1	Физиологическое и психологическое развитие подростков. Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции
29	1	Виды конфликтов. Поведение в конфликтных ситуациях. Суицидальное поведение в подростковом возрасте
	<b>3</b>	<b><i>Тема 10. Факторы, разрушающие здоровье человека</i></b>
30	1	Курение табака и его влияние на здоровье. Употребление алкоголя
31	1	Наркомания и токсикомания
32	1	Заболевания, передающиеся половым путем
33	1	Промежуточная аттестация. Итоговое контрольное тестирование
34	1	Основные понятия курса

Формы текущего контроля: опрос, практические работы, самостоятельная работа, контрольные работы.

Формы промежуточной аттестации: итоговое тестирование.