



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Верховажский муниципальный округ

МБОУ "Чушевицкая средняя школа"

<p>«Согласовано»</p> <p>на заседании методического совета школы протокол № 1 от 28.08.2023 г. Зам. директора по УВР</p> <p> Е.Н Шишмакова</p>	<p>«Принято»</p> <p>на заседании педагогического совета школы протокол №18 от 28.08.2023 г.</p>	<p>«Утверждаю»</p> <p>И.о.директора МБОУ «Чушевицкая средняя школа» А.А.Подгорних Приказ № 58/20 от 28.08.2023 г.</p> 
---	--	---

**Рабочая программа учебного предмета
«Основы безопасности
жизнедеятельности» 8-9 класс**

Составитель: Трапезникова Т. В.,
преподаватель – организатор ОБЖ,
высшая квалификационная категория

2023 год

Введение

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» (базовый уровень) разработана в соответствии с нормативными актами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденного Минобрнауки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897 (с последующими изменениями);
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 № 253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (с последующими изменениями);
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189;
- Примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15, в ред. от 28.10.2015 г. № 3/15);
- Положение о рабочей программе по учебным предметам, курсов, реализующих федеральные государственные стандарты общего образования МБОУ «Чушевицкая средняя школа» (приказ №43/10 от 02.06.2017 г.);
- ООП ООО МБОУ «Чушевицкая средняя школа».

Учебно-методический комплекс

- Рабочая программа учебного курса по ОБЖ для 5 - 9 классов составлена на основе рабочей программы к линии УМК В. Н. Латчука. 5—9 классы : учебно-методическое пособие / авт. сост.В.Н. Латчук, С. К. Миронов, С. Н. Вангородский, М. А. Ульянова. — М. : Дрофа, 2017.

С. Н. Вангородский, М.И.Кузнецов, .В.Н. Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности» учебник -9класс/– М: Дрофа, 2018.

С. Н. Вангородский, М.И.Кузнецов, .В.Н. Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности» учебник -8класс/– М: Дрофа, 2018.

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В период чрезвычайных ситуаций, погодных условий, введения карантинных мероприятий по заболеваемости гриппом, ОРВИ и других инфекционных заболеваний, образовательный процесс осуществлять с использованием дистанционных технологий, «электронных дневников», социальных сетей и других форм.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

1.1. 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;
- формирование основ финансовой грамотности и усвоение правил безопасного поведения в сфере финансовых отношений;
- 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.

1.2. Метапредметные результаты

- 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;
- самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- принимать решения, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;

- осваивать приемы действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- уметь работать 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;
- уметь правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формировать и развивать мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации

1.3.Предметные результаты:

В результате изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне основного общего образования:

Выпускник на базовом уровне 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 применением 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 себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести себя 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;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды
- 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 себя в туристических походах;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества, 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 (попытке похищения) или захвате в заложники 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;
- повещать (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, требующие оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- 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 обморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей.

Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:

- формировать современную культуру безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формировать убеждения в необходимости безопасного, здорового и разумного образа жизни;
- понимать значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимать 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;
- понимать необходимость подготовки граждан к военной службе;
- формировать установку на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формировать антиэкстремистскую и антитеррористическую личностную позицию;
- понимать необходимость сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знать основные опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знать правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, уметь применять их на практике;
- уметь оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- уметь принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладеть основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

2. Содержание учебного предмета

8 класс (34 часа)

I. Основы безопасности личности, общества и государства 1.1. Производственные аварии и катастрофы -2ч.

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.)-1ч.

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 -1ч.

1.2. Взрывы и пожары. Из истории катастроф- 7ч.

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-1ч.

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 - 1ч.

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 -1ч.

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 -1ч.

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 -1ч.

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 - 1ч.

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 -1ч.

1.3. Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ. Из истории химических аварий- 6ч.

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 - 1ч.

Аварийно химически опасные вещества Классификация опасности веществ по степени воздействия на организм человека. Понятие об аварийно химически опасном веществе-1ч.

Поражающее действие на организм человека.

Наиболее распространенные аварийно химически опасные вещества (хлор, аммиак, фосген и др.), характеристика, воздействие на человека, меры по предотвращению отравления и оказанию первой помощи -1ч.

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 – 1ч.

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 -1ч.

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- 1ч.

1.4. Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Из истории радиационных аварий - 4ч.

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-1ч.

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 -1ч.

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 -1ч.

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 -1ч.

1.5. Гидродинамические аварии. Из истории гидродинамических аварий -3ч.

Аварии на гидродинамически опасных объектах. Классификация гидродинамических аварий. Затопление как следствие гидродинамической аварии. Понятие о зоне затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика -1ч.

Причины и последствия гидродинамических аварий

Классификация гидродинамически опасных объектов, основные причины аварий на них. Поражающие факторы и последствия гидродинамических аварий -1ч.

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 -1ч.

1.6. Чрезвычайные ситуации на транспорте. Из истории транспортных аварий- 2ч.

Автомобильные аварии и катастрофы. Автомобильные аварии и катастрофы и их основные причины. Автомобиль как источник опасности на дороге. Безопасное поведение на дорогах -1ч.

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 -1ч.

1.7. Чрезвычайные ситуации экологического характера -5ч.

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 -1ч.

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 -1ч.

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-1ч.

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 -1ч.

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 -1ч.

II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи-3ч

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-1ч.

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 -1ч.

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)-1ч.

III. Основы здорового образа жизни-2ч.

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-1ч.

Семья в современном обществе. Контрольная работа за год. 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-1ч.

9 класс (34 часа)

I Основы безопасности личности, общества и государства

1.1.Современный комплекс проблем безопасности – 5ч.

Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства. Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов -1ч.

Угрозы национальной безопасности Российской Федерации. Понятие о национальной безопасности и основные направления ее обеспечения. Угрозы в сфере военной, государственной и общественной безопасности. Меры по защите от этих угроз - 1ч.

Международный терроризм как угроза национальной безопасности. 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 -1ч.

Наркотизм и национальная безопасность. Понятие о наркотизме, наркомании, токсикомании. Социальная опасность наркотизма. Правовая основа государственной политики в сфере оборота наркотических и психотропных веществ -1ч.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности. Понятие о гражданской обороне. Основные задачи в области гражданской обороны и защиты населения. Силы гражданской обороны. Структуры, руководящие гражданской обороной - 1ч.

1.2. Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) – 2ч.

Цели, задачи и структура РСЧС. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и причины ее создания. Цели, задачи и структура РСЧС. Координационные органы РСЧС и их характеристика -1ч.

Режимы функционирования, силы и средства РСЧС. Режимы функционирования и основные мероприятия при их введении: в отсутствие чрезвычайной ситуации; при угрозе ее возникновения; при возникновении и ликвидации. Силы и средства РСЧС, их задачи и характеристика -1ч

1.3. Международное гуманитарное право -3ч.

Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение 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-1ч.

Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала. Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Обеспечение защиты раненых и больных во время вооруженного конфликта. Основные требования по защите раненых и больных из состава действующей армии и вооруженных сил на море. Защита медицинского и духовного персонала. Состав медицинских формирований и их эмблемы-1ч.

Защита военнопленных и гражданского населения. Понятие о комбатанте и военнопленном. Основные требования по защите военнопленных. Случаи применения защитных мер в отношении гражданского населения. Основные требования по защите лиц из числа гражданского населения, находящихся во власти противника. Особая защита женщин и детей -1ч.

1.4. Безопасное поведение в криминогенных ситуациях – 3ч.

Защита от мошенников. Понятие о мошенничестве, обмане, злоупотреблении доверием. Распространенные способы мошенничества. Правила безопасного поведения, если вы подозреваете, что являетесь объектом мошенничества-1ч.

Безопасное поведение девушек. Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек при столкновении с молодыми и взрослыми хулиганами, уголовниками и лицами, находящимися в нетрезвом состоянии. Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незнакомом месте; при возникновении угрозы или опасности насилия. Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Наиболее уязвимые части тела – 1ч.

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 -1ч.

II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой

помощи 2.1Профилактика травм в старшем школьном возрасте -3ч.

Причины травматизма и пути их предотвращения. Понятие о травматизме. Основные причины травматизма и виды травм в школьном возрасте. Меры по предотвращению различных видов травм-1ч.

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. Что делать, если вы оказались свидетелем или участником ДТП -1ч.

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 на занятиях спортом. Безопасная одежда, обувь и защитное снаряжение - 1ч.

2.2. Основы медицинских знаний – 4ч.

Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика. Понятие о ране. Виды ран. Понятие об антисептике и ее виды. Основные антисептические средства и порядок их применения. Понятие об асептике. Предупреждение инфицирования ран с помощью асептических средств-1ч.

Травмы головы, позвоночника и спины. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника; первая помощь при них. Сотрясение головного мозга: признаки и симптомы; первая помощь. Признаки и симптомы повреждения спины. Предупреждение повреждения спины и первая помощь при болях -1ч.

Экстренная реанимационная помощь. Понятие о клинической смерти и ее признаки. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе, непрямом массаже сердца, искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при выполнении этих реанимационных мероприятий -1ч.

Основные неинфекционные заболевания. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний. Причины неинфекционных заболеваний и доступные меры их профилактики -1ч.

III. Основы здорового образа жизни

3.1. Здоровье и здоровый образ жизни -3ч.

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 -1ч.

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. Теории оздоровления -1ч.

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 -1ч

3.2. Личная гигиена -3ч.

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-1ч.

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, выполняемые водой в организме человека. Гигиена воды. Способы очистки воды -1ч.

Гигиена жилища и индивидуального строительства. Гигиена жилища. Микроклимат помещения. Нормы искусственной освещенности. Гигиена индивидуального строительства -1ч.

3.3. Физиологические и психологические особенности организма подростка - 4ч.

Физиологическое и психологическое развитие подростков. Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Мероприятия, помогающие справиться с чувствами и эмоциями-1ч.

Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции. Понятие о влюбленности. Рекомендации по снятию стресса, вызванного безответной любовью. Понятие о «ловушках влюбленности». Нежелательные мотивы вступления в сексуальные отношения -1ч.

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. Приемы управления чувствами и эмоциями -1ч.

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 молодежи. Причины и признаки эмоционального неблагополучия человека. Угнетенное психическое состояние. Профилактика суицида -1ч.

3.4. Факторы, разрушающие здоровье человека -4ч.

Употребление табака. 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-1ч.

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 -1ч.

Заболевания, передающиеся половым путем. Контрольная работа за год. Опасность заболеваний, передающихся половым путем. Характеристика распространенных заболеваний, передающихся половым путем, и их негативное влияние на здоровье человека -1ч.

При необходимости в течение учебного года учитель может вносить в программу коррективы: изменять последовательность уроков внутри темы, переносить сроки контрольных работ и др., имея на это объективные причины.

3. Тематическое планирование

с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
	8 класс	

1	Производственные аварии и катастрофы	2
2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация	1
3	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них	1
4	Взрывы и пожары. Из истории катастроф	7
5	Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах	1
6	Общие сведения о взрыве и пожаре	1
7	Классификация пожаров	1
8	Причины пожаров и взрывов, их последствия	1
9	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов	1
10	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах	1
11	Пожары и паника	1
12	Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ. Из истории химических аварий	6
13	Виды аварий на химически опасных объектах	1
14	Аварийно химически опасные вещества	1
15	Поражающее действие на организм человека.	1
16	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах	1
17	Защита населения от аварийно химически опасных веществ	1
18	Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ	1
19	Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Из истории радиационных аварий	4
20	Радиация вокруг нас	1
21	Аварии на радиационно опасных объектах	1
22	Последствия радиационных аварий	1
23	Защита от радиационных аварий	1
24	Гидродинамические аварии. Из истории гидродинамических аварий	3
25	Аварии на гидродинамически опасных объектах	1
26	Причины и последствия гидродинамических аварий	1

27	Защита от гидродинамических аварий	1
28	Чрезвычайные ситуации на транспорте. Из истории транспортных аварий	2
29	Автомобильные аварии и катастрофы	1
30	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов	1
31	Чрезвычайные ситуации экологического характера	5
32	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека	1
33	Изменение состава атмосферы (воздушной среды)	1
34	Изменение состояния гидросферы (водной среды)	1
35	Изменение состояния суши (почвы)	1
36	Нормативы предельно допустимых воздействий на природу	1
37	Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	3
38	Первая помощь при массовых поражениях	1
39	Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами	1
40	Первая помощь при бытовых отравлениях	1
41	Основы здорового образа жизни	2
42	Физическая культура и закаливание	1
43	Семья в современном обществе. Контрольная работа за год.	1
44	Всего за год	34
9 класс		
1	Современный комплекс проблем безопасности	5
2	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства	1
3	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации	1
4	Международный терроризм как угроза национальной безопасности	1
5	Наркотизм и национальная безопасность	1
6	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности	1
7	Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	2

8	Цели, задачи и структура РСЧС	1
9	Режимы функционирования, силы и средства РСЧС	1
10	Международное гуманитарное право	3
11	Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм	1
12	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала	1
13	Защита военнопленных и гражданского населения	1
14	Безопасное поведение в криминогенных ситуациях	3
15	Защита от мошенников	1
16	Безопасное поведение девушек	1
17	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций	1
18	Профилактика травм в старшем школьном возрасте	3
19	Причины травматизма и пути их предотвращения	1
20	Безопасное поведение дома и на улице	1
21	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом	1
22	Основы медицинских знаний	4
23	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика	1
24	Травмы головы, позвоночника и спины	1
25	Экстренная реанимационная помощь	1
26	Основные неинфекционные заболевания	1
27	Здоровье и здоровый образ жизни	3
28	Здоровье человека	1
29	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления	1
30	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье	1
31	Личная гигиена	3
32	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды	1
33	Гигиена питания и воды	1
34	Гигиена жилища и индивидуального строительства	1
35	Физиологические и психологические особенности организма	4

	подростка	
36	Физиологическое и психологическое развитие подростков	1
37	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции	1
38	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях	1
39	Суицидальное поведение в подростковом возрасте	1
40	Факторы, разрушающие здоровье человека	4
41	Употребление табака	1
42	Употребление алкоголя	1
43	Наркомания и токсикомания	1
44	Заболевания, передающиеся половым путем. Контрольная работа за год.	1
	Всего за год	34
	Всего на учебный предмет	68

Приложение

Контрольная работа за год (Демоверсия)

8 класс

1. Поражающие факторы химических аварий с выбросом АХОВ – это:
 - а) интенсивное излучение гамма-лучей, поражающее людей;
 - б) проникновение опасных веществ через органы дыхания и кожные покровы в организм человека;
 - в) лучистый поток энергии;
2. Хлор – это:
 - а) бесцветный газ с резким запахом (нашатырного спирта);
 - б) парообразное вещество с запахом горького миндаля, от которого появляется металлический привкус во рту;
 - в) зеленовато-жёлтый газ с резким запахом;
3. Прибыв на место размещения в случае эвакуации из зоны аварии с выбросом ОВ, необходимо:
 - а) немедленно зарегистрироваться;
 - б) снять верхнюю одежду, принять душ с мылом, промыть глаза, прополоскать рот;
 - в) помочь эвакуируемым разместиться на сборных пунктах, пройти на пункт питания;
4. Объект с ядерным реактором, завод, использующий ядерное топливо, транспорт, перевозящий ядерный материал – это:
 - а) радиационноопасный объект;
 - б) объект экономики особой опасности;
 - в) экологически опасный объект;
5. при оповещении об аварии на радиационноопасном объекте необходимо действовать в указанной последовательности:

а) включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, взять необходимые вещи, продукты питания, документы, надеть средства защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;

б) включить радио и выслушать сообщение, выключить газ, электричество, освободить холодильник от продуктов, взять необходимые вещи, документы, надеть средства защиты, и следовать на сборный эвакуационный пункт;

в) включить радио и выслушать сообщение, освободить холодильник от продуктов и вынести скоропортящиеся продукты на мусор, выключить газ, электричество, взять необходимые вещи, документы, надеть средства защиты, вывесить на двери табличку «В квартире жильцов нет» и следовать на сборный эвакуационный пункт;

6. К поражающим факторам прорыва относятся:

а) электромагнитное и акустическое излучение, гидродинамическое давление и смыв плодородных почв;

б) поражающее действие различных предметов, вовлекаемое в движение, травмирующее человека обломками;

в) ударная волна, повышенная температура воздуха, пониженная концентрация кислорода;

7. Какие химические соединения, попадая в атмосферу и взаимодействуя с влагой, могут вызвать кислотные осадки:

а) диоксид серы и оксиды азота;

б) свинец и его соединения; в) ртуть и её соединения; г) бензин и мшистое масло;

8. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают сигнал:

а) «Внимание! Опасность!»;

б) «Внимание всем!»;

в) «Тревога!»;

9. К коллективным средствам защиты относятся:

а) убежища и ПРУ; б) противогазы и респираторы;

в) средства защиты кожи и респираторы;

10. При попадании ОВ на кожу необходимо:

а) провести полную санитарную обработку;

б) промыть глаза водой в течение 10-15 мин.;

в) механически удалить ОВ;

г) направить пострадавшего в лечебное учреждение.

9 класс

1. Артериальное кровотечение возникает при:

а) повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении;

б) поверхностном ранении в случае повреждения сосуда;

в) неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов.

2. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется при:

а) любых ранениях конечности;

б) поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения;

в) смешанном кровотечении.

3. Какова последовательность оказания первой помощи при растяжении:

а) наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, опустив ее как можно ниже к земле, и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;

б) приложить холод и наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;

в) нанести йодную сетку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

4. При ожоге необходимо:

а) убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, на поврежденную поверхность на 5—10 минут наложить холод, здоровую кожу вокруг ожога продезинфицировать, на обожженную поверхность наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;

б) убрать с поверхности тела горячий предмет, срезать ножницами одежду, поврежденную поверхность смазать йодом, а затем маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение;

в) убрать с поверхности тела горячий предмет, не срезая ножницами одежды, залить обожженную поверхность маслом, наложить стерильную повязку и направить пострадавшего в медицинское учреждение.

5. При открытом переломе прежде всего необходимо:

а) дать обезболивающее средство;

б) провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она находится в момент повреждения;

в) на рану в области перелома наложить стерильную повязку;

г) остановить кровотечение.

6. При поступлении АХОВ в организм человека через рот прежде всего необходимо: а) промыть желудок; б) прополоскать рот водой; в) очистить кишечник; г) ввести абсорбенты.

7. При травматическом шоке, прежде всего необходимо:

а) создать спокойную обстановку для пострадавшего (исключить раздражающие шумы), дать обезболивающее средство;

б) провести временную иммобилизацию, обеспечить полный покой пострадавшему, направить пострадавшего в лечебное заведение;

в) устранить действие травматического фактора, остановить кровотечение, обработать рану, наложить давящую повязку.

8. Какую роль играют витамины в развитии человека: а) являются главным источником энергии;

б) являются строительным материалом;

в) обеспечивают устойчивость организма к воздействию болезнетворных микробов.

9. Средством развития быстроты являются упражнения:

а) с преодолением веса собственного тела;

б) требующие энергичных двигательных реакций; в) на растягивание мышц.

10. Солнечные ванны летом лучше всего принимать: а) до полудня; б) утром;

в) после полудня; г) вечером.

