

Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с.Окунёво»

РАССМОТРЕНО
на методическом
совете школы
протокол № 1
от 31.08.2020 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР



Н.В.Замякина
31.08.2020 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

Н.П.Кукушкина
31.08.2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ДЛЯ 8 КЛАССА
НА 2020/2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

(программа по основам безопасности жизнедеятельности для 7-9 классов под ред. Н.Ф.Виноградовой. Москва: Издательский центр «Вентана-Граф», 2019; Основы безопасности жизнедеятельности: Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов Учебник для 7-9 классов. Москва: Издательский центр «Вентана-Граф», Допущен Министерством образования и науки РФ, 2019)

34 часа в год, 1 час в неделю

Разработчик программы
учитель физической культуры
Замякин Е.А.
педагогический стаж 11 лет,
первая квалификационная категория

2020 год

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Изучение предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает:

физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;

формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;

понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

овладение основами современной культуры безопасности жизнедеятельности, понимание ценности экологического качества окружающей среды, как естественной основы безопасности жизни;

понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения;

развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях;

установление связей между жизненным опытом обучающихся и знаниями из разных предметных областей.

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;

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

формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в 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 готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств 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, 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.

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 своё 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

Предметные результаты изучения предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» отражают:

1) 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 и социального характера;

2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

4) 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;

5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;

6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

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

8) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера

9) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

10) умение оказать первую помощь пострадавшим;

11) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределённости;

12) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

13) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Обучающийся научится:

классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;

использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;

использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;

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

безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

безопасно использовать бытовые приборы;

безопасно использовать средства бытовой химии;
 безопасно использовать средства коммуникации;
 классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
 предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
 безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
 безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
 безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
 безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
 безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
 безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
 адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
 адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
 безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
 безопасно применять первичные средства пожаротушения;
 соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
 соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
 соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
 классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
 адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
 использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
 классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
 готовиться к туристическим походам;
 адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
 адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
 добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
 добывать и очищать воду в автономных условиях;
 добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
 подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
 характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
 предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
 классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
 безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
 планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
 адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
 выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
 безопасно использовать ресурсы интернета;
 анализировать состояние своего здоровья;
 определять состояния оказания неотложной помощи;
 использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
 классифицировать средства оказания первой помощи;
 оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
 извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
 оказывать первую помощь при ушибах;
 оказывать первую помощь при растяжениях;
 оказывать первую помощь при вывихах;
 оказывать первую помощь при переломах;
 оказывать первую помощь при ожогах;
 оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
 оказывать первую помощь при отравлениях;
 оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
 оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.
Обучающийся получит возможность научиться:
 безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
 классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
 готовиться к туристическим поездкам;
 адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;

анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
 анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
 безопасно вести и применять права покупателя;
 анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
 владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
 классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
 оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
 оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
 оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
 оказывать первую помощь при коме;
 оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
 использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
 усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

Содержание учебного предмета

Основы безопасности личности, общества и государства

Основы комплексной безопасности

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя). Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

Дата	Номер урока	Наименование разделов и тем уроков	Количество часов	Региональное содержание
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы здорового образа жизни (6 ч)				
1 ч. 02.09	1	Здоровый образ жизни. Что это? Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.	1	
09.09	2	Физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность).	1	
16.09	3	Правильное питание. Составляющие и факторы здорового образа жизни (питание, режим дня, гигиена).	1	
23.09	4	Психологическое здоровье человека. Основные правила пользования персональными компьютерами.	1	

		<i>Информационная безопасность подростка.</i>		
30.09	5	Социальное здоровье человека. Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания), их влияние на здоровье.	1	
07.10	6	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. Профилактика вредных привычек и их факторов.	1	
Основы безопасности личности, общества и государства. Основы комплексной безопасности (10 ч)				
14.10	7	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.	1	
21.10	8	Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты.	1	
2 ч. 11.11	9	Залив жилища. Правила поведения при заливах.	1	
18.11	10	Опасное электричество. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.	1	
25.11	11	Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии.	1	
02.12	12	Разумная предосторожность. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, <i>самозащита покупателя</i>).	1	
09.12	13	Лес – это серьезно. Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве.	1	
16.12	14	Водоём зимой и летом. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде.	1	
23.12	15	Контрольная работа по теме «Основы комплексной безопасности»	1	
3 ч. 13.01	16	Опасные игры. Элементарные способы самозащиты.	1	
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (модуль центра «Точка роста») (10 ч)				
20.01	17	Основы оказания первой помощи.	1	
27.01	18	Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении.	1	
03.02	19	Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей.	1	
10.02	20	Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах.	1	
17.02	21	Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении.	1	
24.02	22	Первая помощь при отравлениях.	1	
03.03	23	Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей.	1	
10.03	24	Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.	1	
17.03	25	Повторение изученного по теме «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»	1	
24.03	26	Контрольная работа по теме «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»	1	
Основы безопасности личности, общества и государства. Основы комплексной безопасности (8 ч)				
4 ч. 07.04	27	Современный транспорт и безопасность. Безопасность на дорогах.	1	
14.04	28	Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы.	1	
21.04	29	Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. <i>Средства индивидуальной защиты велосипедиста.</i>	1	
28.04	30	Туризм – это отдых, связанный с преодолением трудностей.	1	

05.05	31	Правила безопасности в туристических походах и поездках.	1	
12.05	32	Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них.	1	
19.05	33	Контрольная работа по теме «Основы комплексной безопасности»	1	
26.05	34	Повторение изученного по теме «Основы комплексной безопасности»	1	

	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	год
всего часов	8	7	11	8	34
количество теории	8	1	1	7	17
количество часов практики		6	10	1	17

Дата	Номер урока	Тема урока	Форма урока	Количество часов		Домашнее задание
				теории	практики	
1 ч.	1-6	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы здорового образа жизни.				
06.09	1	Здоровый образ жизни. Что это? Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.	Объяснение нового материала	1		Проанализировать свой образ жизни, выделить его особенности
13.09	2	Физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность).	Объяснение нового материала	1		Стр.18 задание 1
20.09	3	Правильное питание. Составляющие и факторы здорового образа жизни (питание, режим дня, гигиена).	Объяснение нового материала	1		Подготовить сообщение на тему «Витамины – это жизнь»
27.09	4	Психологическое здоровье человека.Основные правила пользования персональными компьютерами. Информационная безопасность подростка.	Объяснение нового материала	1		Составить памятку «Правила общения с компьютером»
04.10	5	Социальное здоровье человека. Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания), их влияние на здоровье.	Объяснение нового материала	1		Ответить на вопросы 1-2 на стр.58
11.10	6	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. Профилактика вредных привычек и их факторов.	Объяснение нового материала	1		Прочитать текст на стр.60, выделить особенности развития человека
	7-16	Основы безопасности личности, общества и государства. Основы комплексной безопасности.				
18.10	7	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.	Объяснение нового материала	1		Стр.74 задание 1
25.10	8	Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты.	Объяснение нового материала	1		Стр.73, составить памятку «Как работать с огнетушителем»
2 ч. 08.11	9	Залив жилища. Правила поведения при заливах.	Объяснение нового материала	1		Стр.80 задание 1
15.11	10	Опасное электричество. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.	Объяснение нового материала	1		Составить памятку
22.11	11	Основные правила	Объяснение	1		Стр.82 задание на

		пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии.	нового материала			выбор
29.11	12	Разумная предосторожность. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, <i>самозащита покупателя</i>).	Объяснение нового материала	1		Рассказать, как вести себя на улице
06.12	13	Опасные игры. Элементарные способы самозащиты.	Объяснение нового материала	1		Подготовить сообщение на тему «Как избежать опасности при увлечении экстремальными видами спорта»
13.12	14	Лес – это серьезно. Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве.	Объяснение нового материала	1		Подготовить 3-4 вопроса для класса по теме «Человек и окружающая среда»
20.12	15	Водоём зимой и летом. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде.	Объяснение нового материала	1		Подготовить сообщение на тему «Зимняя рыбалка: когда она безопасна»
27.12	16	Контрольная работа по теме «Основы комплексной безопасности»	Контрольная работа		1	Не задано
3ч.	17-26	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (модуль центра «Точка роста»)				
17.01	17	Основы оказания первой помощи.	Практикум		1	Не задано
24.01	18	Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении.	Практикум		1	Повторить виды кровотечения и их признаки
31.01	19	Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей.	Практикум		1	Не задано
07.02	20	Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах.	Практикум		1	Не задано
14.02	21	Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении.	Практикум		1	Повторить виды перевязок при термических повреждениях
21.02	22	Первая помощь при отравлениях.	Практикум		1	Не задано

28.02	23	Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей.	Практикум		1	Составить памятку «Безопасное поведение человека в лесу»
06.03	24	Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.	Практикум		1	Не задано
13.03	25	Повторение изученного по теме «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»	Повторение пройденного материала		1	Не задано
20.03	26	Контрольная работа по теме «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»	Контрольная работа		1	Не задано
4 ч.	27-34	Основы безопасности личности, общества и государства. Основы комплексной безопасности.				
03.04	27	Современный транспорт и безопасность. Безопасность на дорогах.	Объяснение нового материала	1		Ответить на вопросы на стр.144
10.04	28	Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы.	Объяснение нового материала	1		Подготовить сообщение на одну из предложенных тем стр.150
17.04	29	Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста.	Объяснение нового материала	1		Выучить правила дорожного движения велосипедиста
24.04	30	Туризм – это отдых, связанный с преодолением трудностей.	Объяснение нового материала	1		Подготовить рассказ по таблице на стр.155
08.05	31	Правила безопасности в туристических походах и поездках.	Объяснение нового материала	1		Ответить на вопросы на стр.178
15.05	32	Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них.	Объяснение нового материала	1		Выучить сигналы бедствия
22.05	33	Повторение изученного по теме «Основы комплексной безопасности»	Повторение пройденного материала	1		Не задано
29.05	34	Контрольная работа по теме «Основы комплексной безопасности»	Контрольная работа		1	Не задано